Alex
et la vie d'après



exæquo

Alex et la vie d'après a été réalisée grâce à la collaboration de gays séropositifs.

Nous remercions Nicolas, Claude, Xavier, Patrick, Maurice, Pascal
pour leur disponibilité, leur implication et leur confiance.

Nous remercions Vladimir Martens (Observatoire du Sida et des sexualités),
Emmanuelle Caspers et le Dr Didier Piquard pour leur relecture et leurs commentaires.
Coordination du projet : Frédéric Arends



Thierry Robberecht Fabrice Neaud

Alex
et la vie d'après

exæquo

Cette brochure est gratuite et ne peut être vendue.

Si vous voulez soutenir Ex Aequo financièrement,
tout don d'au moins 30€ est fiscalement déductible.
n° compte 068-2260883-34

D'avance merci pour votre soutien.

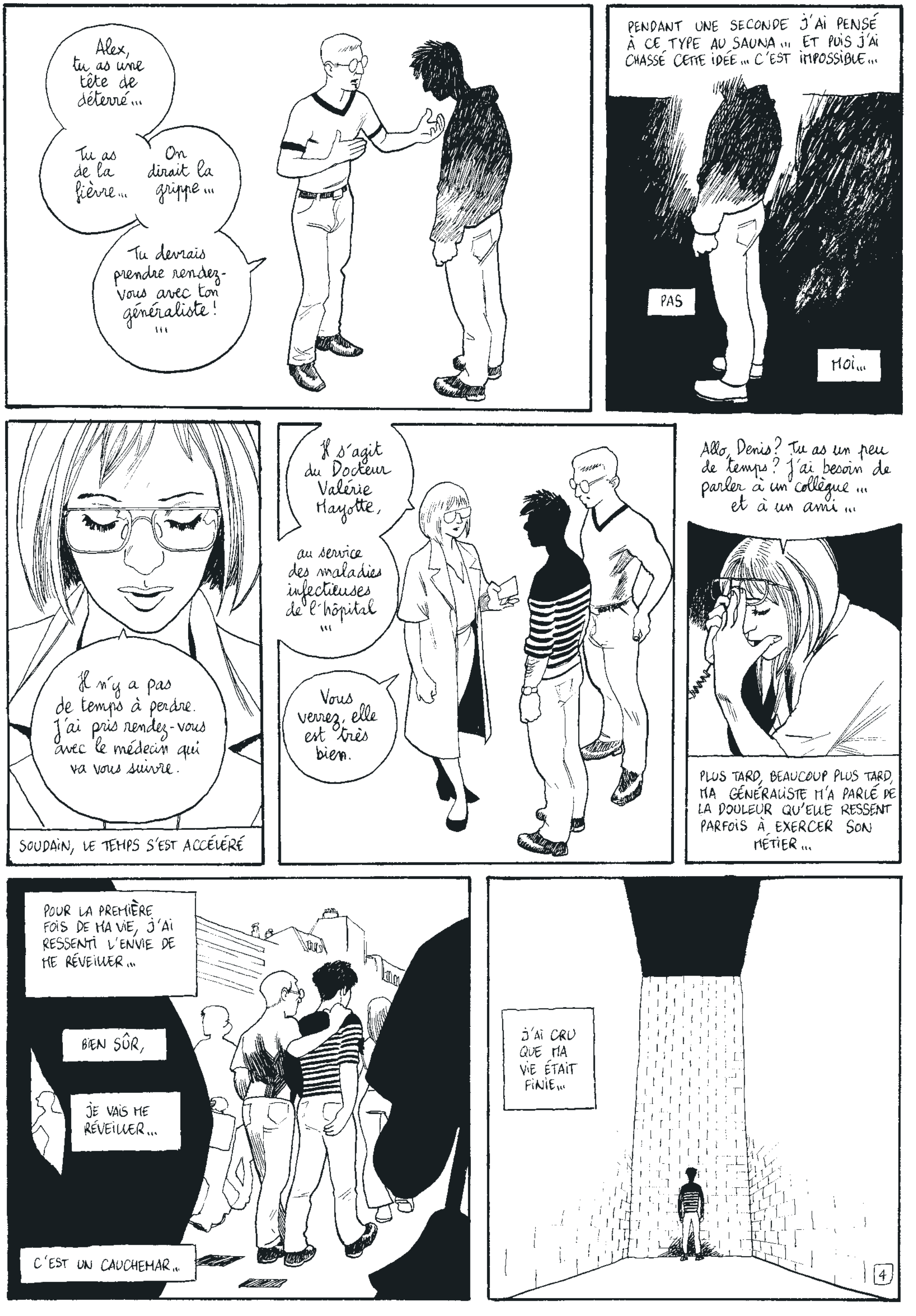
Alex et la vie d'après a été réalisé grâce au soutien du Ministère de la Santé de la Communauté française, du Ministère de la Santé, de l'Action sociale et de l'Égalité des chances de la Région wallonne, de la Direction Ressources humaines et Égalité des chances de la Région Bruxelles-Capitale, de la Direction de l'Égalité des Chances et du Service Éducation permanente de la Communauté française.

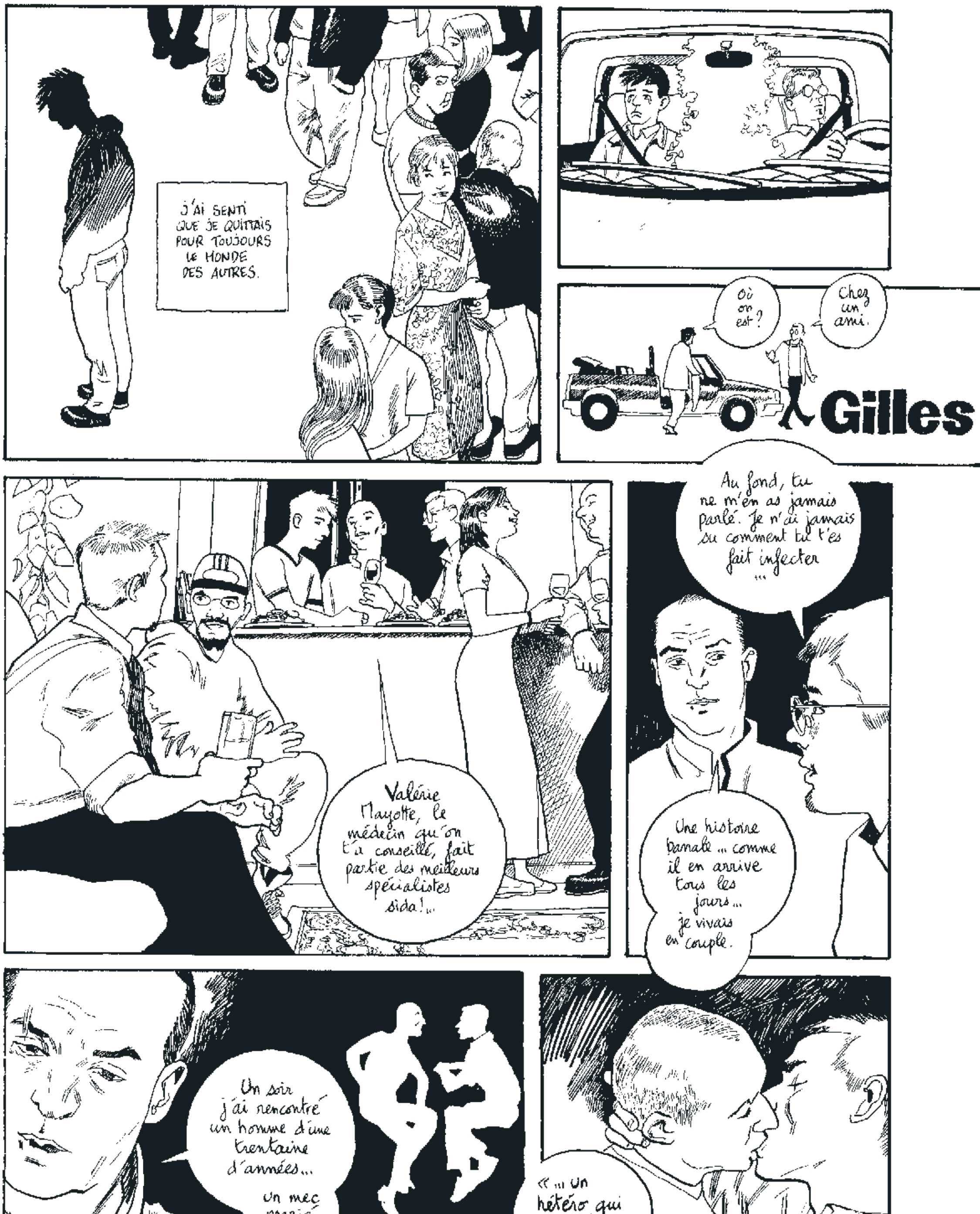
©2008, Ex Aequo asbl - Éditeur responsable : Mathieu Noël, c/o rue Locquenghien, 41 – B-1000 Bruxelles / Dépôt légal D/2008/11220/4


Alex ...
... Il y a un problème ...
... J'ai les résultats de vos tests sous les yeux ...
... les nouvelles ne sont pas bonnes ...
... Vous êtes séro-positif ...
Alex
C'EST BIZARRE ...
COMME SI JE LE SAVAIS... COMME SI MON CORPS LE SAVAIT ET QUE...
... DEPUIS PLUSIEURS JOURS, IL ME LE DISAIT...
MAIS JE REFUSAIS DE LA VOIR.
LES AUTRES, MAIS PAS MOI.
1
LA NOUVELLE ME TOURNAIT AUTOUR DEPUIS PLUS D'UNE SEMAINE...
Il faudra faire un test de confirmation, Alex.


Le bilan sanguin est sans appel... Tu as été contaminé.
JE CROIS QUE JE PEUX TOUCHER DU DOIGT L'INSTANT OÙ J'AI ÉTÉ INFECTÉ...
TOUCHER CET INSTANT DU DOIGT...
AUNA
SCULIN
JE ME SOUVIENS PRÉCISÉMENT DE CET APRÈS-MIDI LÀ...
DEPUIS, COMBIEN DE FOIS AI-JE VOULU REVENIR EN ARRIÈRE ?
EFFACER DE MA VIE CET INSTANT ?
2

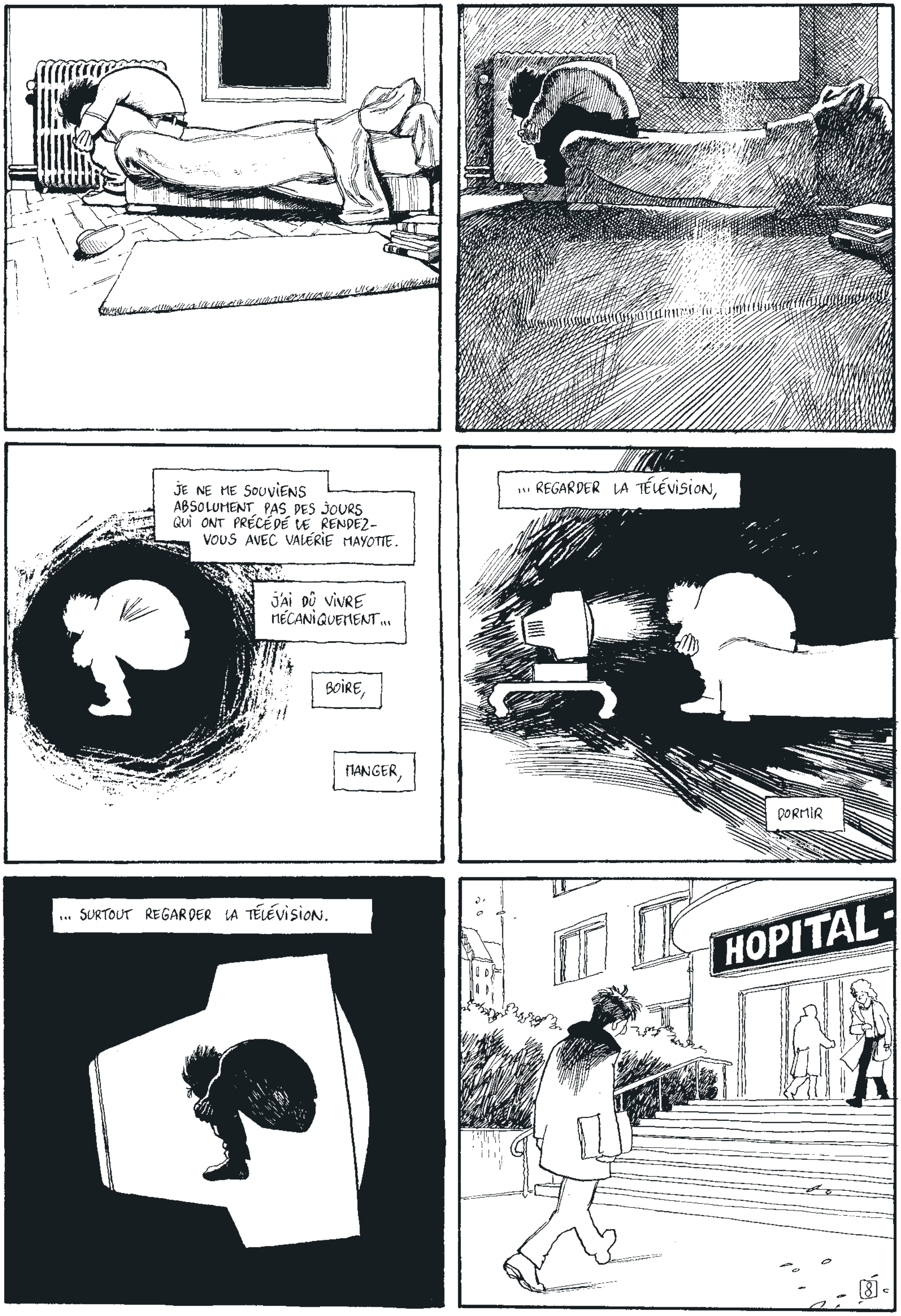

MON SEUL REGRET ?
MA NAÏVETÉ !
ON NE CONFIE PAS SA VIE AUX AUTRES.
JE L'AI DÉSIRÉ TOUT DE SUITE.
JE ME SOUVIENS QUE J'AI PENSÉ STUPIDEMENT QU'UN TYPE QUI BAISE SANS CAPOTE DOIT ÊTRE SÉRONÉGATIF...
JE ME SOUVIENS QUE J'AI FAILLI LUI DEMANDER S'IL ÉTAIT CLEAN...
... ET PUIS J'AI LAISSÉ TOMBER... IL DEVAIT L'ÊTRE...
3
ÉVIDEMMENT QU'IL DEVAIT L'ÊTRE !


Alex, tu as une tête de déterré...
Tu as de la fièvre...
On dirait la grippe...
Tu devrais prendre rendez-vous avec ton généraliste ! ...
PENDANT UNE SECONDE J'AI PENSÉ À CE TYPE AU SAUNA... ET PUIS J'AI CHASSÉ CETTE IDÉE... C'EST IMPOSSIBLE...
PAS
MOI...
Il n'y a pas de temps à perdre. J'ai pris rendez-vous avec le médecin qui va vous suivre.
SOUDAIN, LE TEMPS S'EST ACCÉLÉRÉ
Il s'agit du Docteur Valérie Mayotte,
au service des maladies infectieuses de l'hôpital ...
Vous verrez, elle est très bien.
Allo, Denis ? Tu as un peu de temps ? J'ai besoin de parler à un collègue ... et à un ami ...
PLUS TARD, BEAUCOUP PLUS TARD, MA GÉNÉRALISTE M'A PARLÉ DE LA DOULEUR QU'ELLE RESSENT PARFOIS À EXERCER SON MÉTIER...
POUR LA PREMIÈRE FOIS DE MA VIE, J'AI RESSENTI L'ENVIE DE ME RÉVEILLER...
BIEN SÛR,
JE VAIS ME RÉVEILLER...
C'EST UN CAUCHEMAR...
J'AI CRU QUE MA VIE ÉTAIT FINIE...
4

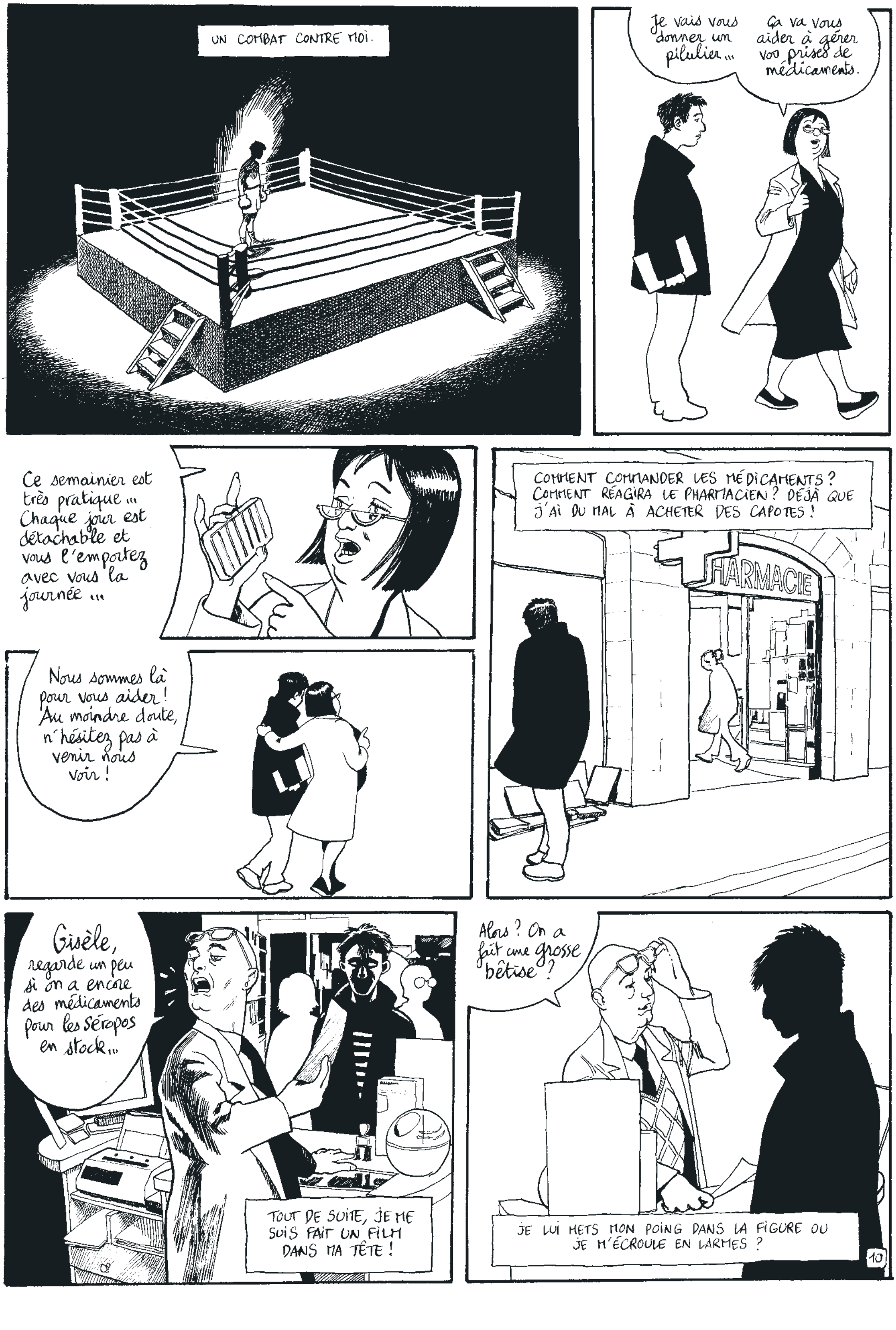

J'AI SENTI QUE JE QUITTAIS POUR TOUJOURS LE MONDE DES AUTRES.
Où on est ?
Chez un ami.
Gilles
Valérie Mayotte, le médecin qu'on t'a conseillé, fait partie des meilleurs spécialistes sida!...
Au fond, tu ne m'en as jamais parlé. Je n'ai jamais su comment tu t'es fait infecter ...
Une histoire banale... comme il en arrive tous les jours... je vivais en couple.
Un soir j'ai rencontré un homme d'une trentaine d'années...
un mec marié ...
«... un hétéro qui craquait pour moi!... »
5

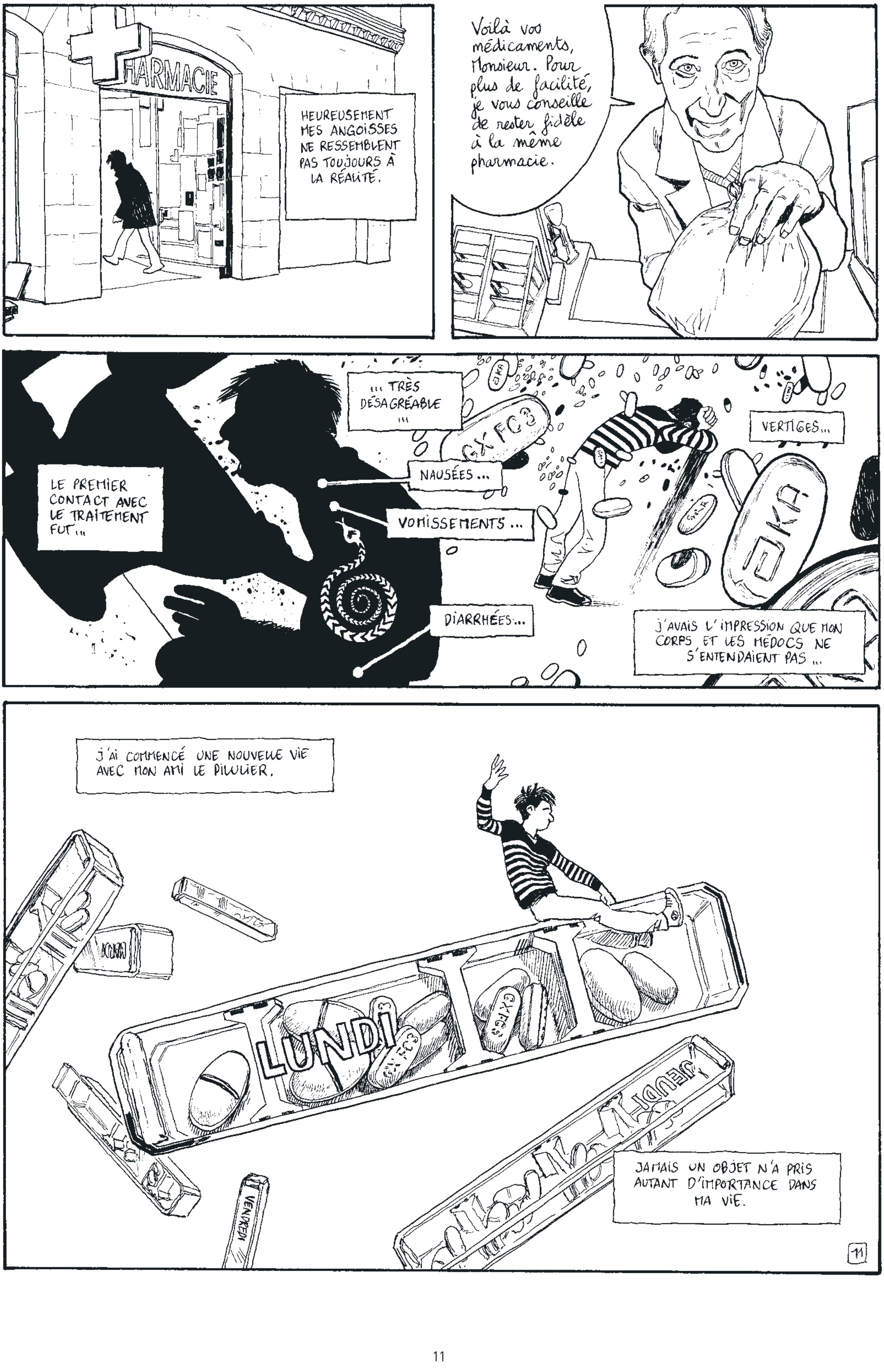

« ... Un hétéro ... Je n'ai même pas songé à me protéger ... »
« ... Il est reparti vers sa vie ... Je suis certain qu'il ignorait sa séropositivité ... »
« ... Il a probablement contaminé sa femme ... »
« Et moi ... »
« ... l'homme de ma vie ... »
« Peu de couples survivent à la maladie. ... On s'est séparés dès que j'ai appris que j'étais contaminé ... »
À part ma séropositivité, je ne vis pas trop mal.
« PAS TROP MAL » ?!?
MONSIEUR prend ses petits MÉDICAMENTS TOUS LES JOURS et il est SATISFAIT de sa PETITE VIE ?
ALEX ! CALME-TOI !
6

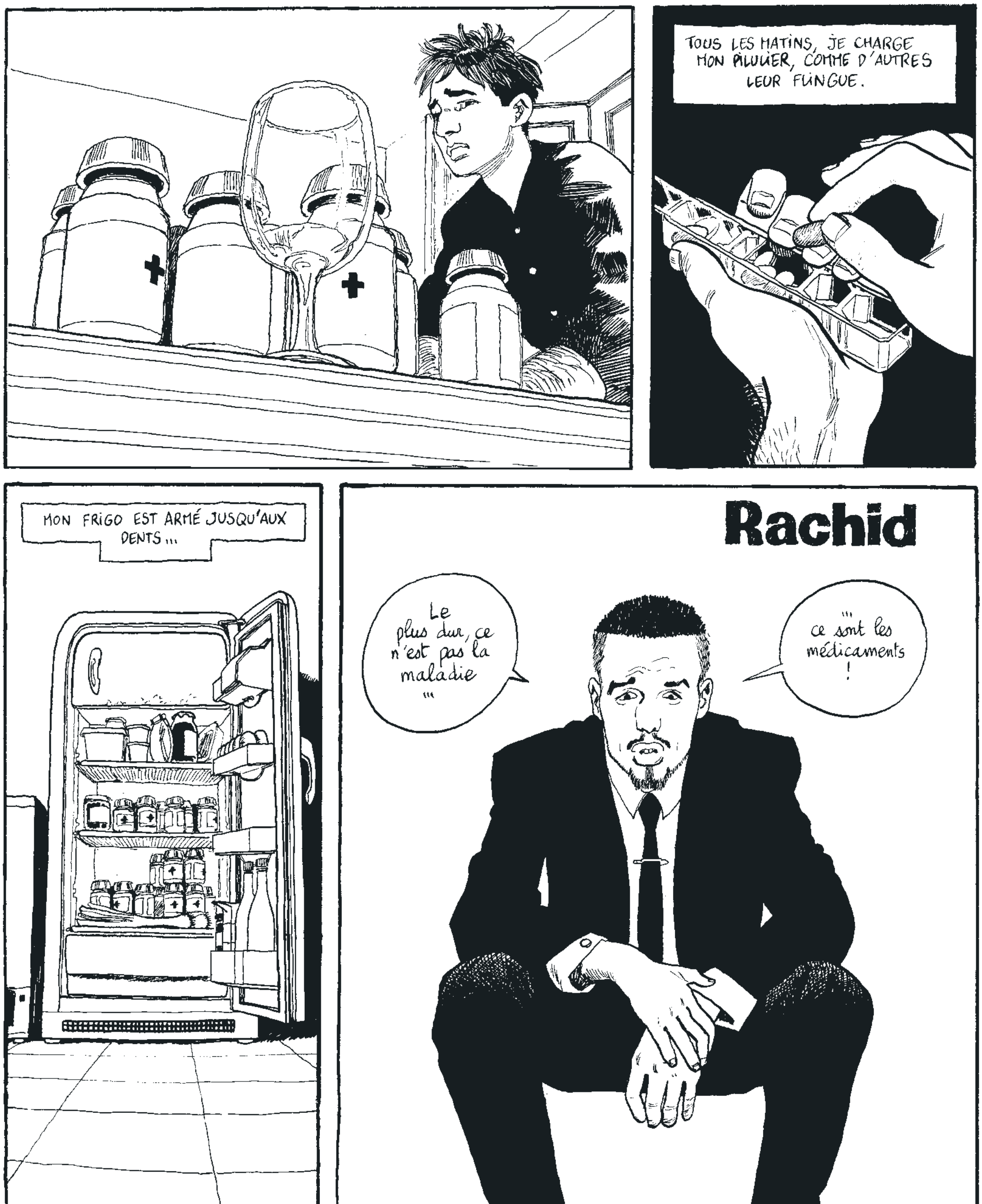

AVALER DES MÉDOCS... VOIR DES MÉDECINS... TOUT CE VENIN DANS TON SANG... JE NE POURRAI PAS LE SUPPORTER... JAMAIS!! CE N'EST PAS CETTE VIE-LÀ QUE JE VEUX VIVRE !!
VLAM!


Je ne me souviens absolument pas des jours qui ont précédé le rendez-vous avec Valérie Mayotte.
J'ai dû vivre mécaniquement...
Boire,
Manger,
... regarder la télévision,
Dormir
... surtout regarder la télévision.
HOPITAL


L'analyse des résultats n'est pas très bonne.
Il va falloir envisager un traitement.
Nous verrons ensemble celui qui vous conviendra le mieux.
Je vous demanderai d'être très attentif pendant cette période d'essai ...
... prendre vos médicaments aux heures précises...
... éviter l'alcool et le tabac ...
... tout ce qui pourrait modifier votre métabolisme ...
... c'est TRÈS important ...
... j'ai failli ne pas venir vous voir, Docteur ...
Valérie
Je m'en doute.
Tout le monde a la même réaction... On est KO debout, on tombe dans les cordes mais il n'y a pas d'autre alternative ... Il faut se battre... Les gens mettent parfois beaucoup de temps avant de venir ...
Il faut que vous preniez conscience que c'est VOUS qui suivez le traitement ...
Il s'agit de votre responsabilité... Personne n'est là pour vous surveiller ...
... ni moi, ni les infirmières.
SA MAIN DANS MON DOS, JE L'AI RESSENTIE COMME LE SIGNAL MARQUANT LE DÉBUT D'UN COMBAT.
9


UN COMBAT CONTRE MOI.
Je vais vous donner un pilulier...
Ça va vous aider à gérer vos prises de médicaments.
Ce semainier est très pratique... Chaque jour est détachable et vous l'emportez avec vous la journée...
Nous sommes là pour vous aider ! Au moindre doute, n'hésitez pas à venir nous voir !
COMMENT COMMANDER LES MÉDICAMENTS ? COMMENT RÉAGIRA LE PHARMACIEN ? DÉJÀ QUE J'AI DU MAL À ACHETER DES CAPOTES !
PHARMACIE
Gisèle, regarde un peu si on a encore des médicaments pour les séropos en stock...
TOUT DE SUITE, JE ME SUIS FAIT UN FILM DANS MA TÊTE !
Alors ? On a fait une grosse bêtise ?
JE LUI METS MON POING DANS LA FIGURE OU JE M'ÉCROULE EN LARMES ?
10


HARMACIE
HEUREUSEMENT MES ANGOISSES NE RESSEMBLENT PAS TOUJOURS À LA RÉALITÉ.
Voilà vos médicaments, Monsieur. Pour plus de facilité, je vous conseille de rester fidèle à la même pharmacie.
LE PREMIER CONTACT AVEC LE TRAITEMENT FUT...
... TRÈS DÉSAGRÉABLE ...
NAUSÉES...
VOMISSEMENTS...
DIARRHÉES...
VERTIGES...
J'AVAIS L'IMPRESSION QUE MON CORPS ET LES MÉDOCS NE S'ENTENDAIENT PAS...
J'AI COMMENCÉ UNE NOUVELLE VIE AVEC MON AMI LE PILULIER.
LUNDI
JEUDI
VENDREDI
JAMAIS UN OBJET N'A PRIS AUTANT D'IMPORTANCE DANS MA VIE.
11



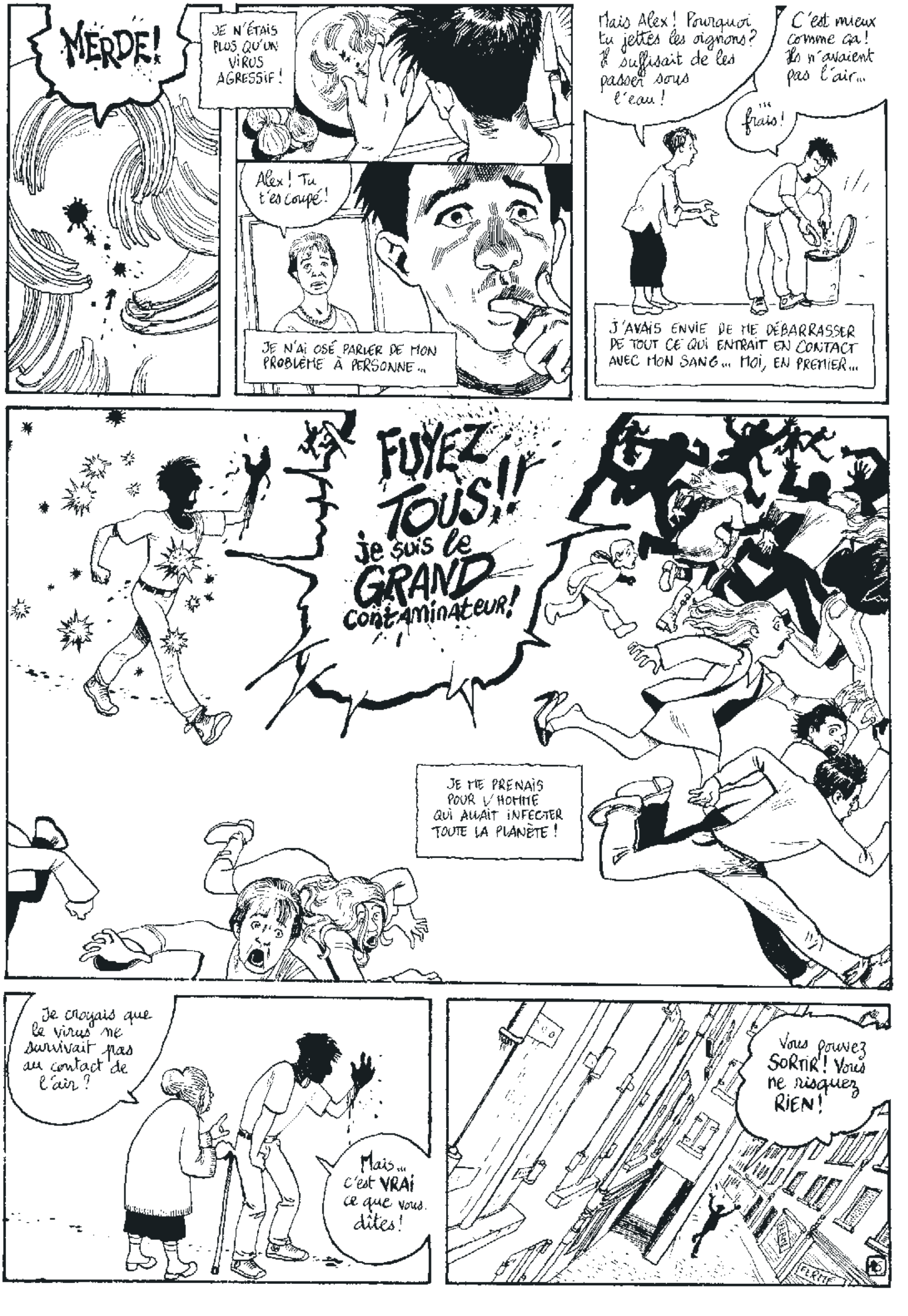
TOUS LES MATINS, JE CHARGE MON PILULIER, COMME D'AUTRES LEUR FLINGUE.
MON FRIGO EST ARMÉ JUSQU'AUX DENTS...
Rachid
Le plus dur, ce n'est pas la maladie...
... ce sont les médicaments !
12



je suis en train d'en faire l'expérience.
Dr MAYOTTE
Un peu de patience ...
science Humaines
Le cerveau aux commandes
psychologie et neuroscience
Dossier
magazine littéraire
MICHEL FOUCAULT
... Tout va s'équilibrer... C'est une question de temps...
Moi, j'ai été infecté par l'homme avec qui je vivais depuis six mois ...
Il se savait malade.
Il ne m'a jamais rien avoué.
Jamais.
Il était incapable d'en parler.
Trop dur qu'il m'a dit par après... N'empêche que j'ai été contaminé ...
Quand j'ai découvert ma séropositivité, il s'est tiré ...
13

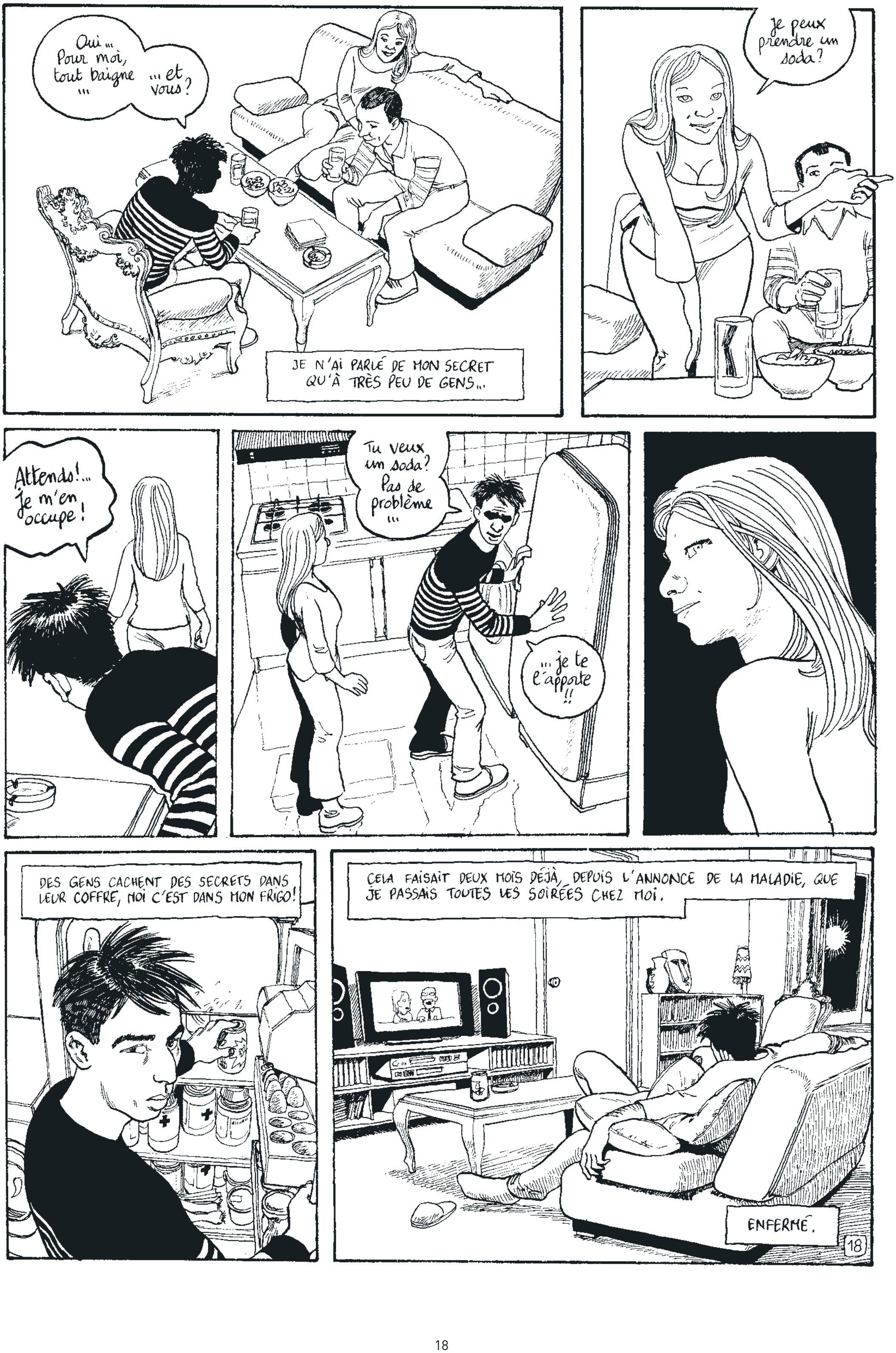

Quoi ? Il t'a laissé tomber ? Mais... pourquoi ??...
Il existe des gens qui sont incapables de parler et qui ne supportent pas que leur image soit salie...
Il fréquentera toujours des hommes qui ignorent tout de sa maladie ...
Ça fait du bien d'en parler ...
Tu as rencontré quelqu'un ?...
Personne.
En matière de rencontre, la séropositivité, c'est un peu encombrant.
Et ta famille ?
Ma famille ? Je ne leur ai rien dit. Ils ignorent même que je suis gay.
Dr. MAYOTTE
14


Grâce au traitement, votre charge virale est actuellement indétectable ...
... et votre niveau de T4 est élevé.
C'est une bonne chose.
En modifiant une des molécules de votre traitement, j'espère que vos nausées ainsi que vos diarrhées disparaîtront peu à peu.
Votre corps va s'habituer au traitement... Avec le temps, vous retrouverez de l'énergie,
de l'envie
et aussi votre libido.
Ça m'étonnerait, Docteur.
Je n'ai plus AUCUNE libido.
Je vous promets qu'elle reviendra.
Alex... Les jours où c'est difficile, n'oublie pas que tu peux m'appeler.
Merci.
QU'EST-CE QU'ELLE CONNAÎT À MA LIBIDO? JE NE DÉSIRERAI PLUS JAMAIS PERSONNE.
C'EST L'ÉPOQUE OÙ J'AI COMMENCÉ À ANGOISSER POUR TOUT...
LA PLUS PETITE BLESSURE ME TERRORISAIT...
15



MERDE!
JE N'ÉTAIS PLUS QU'UN VIRUS AGRESSIF!
Alex! Tu t'es coupé!
JE N'AI OSÉ PARLER DE MON PROBLÈME À PERSONNE...
Mais Alex! Pourquoi tu jettes les oignons? Il suffisait de les passer sous l'eau!
C'est mieux comme ça! Ils n'avaient pas l'air...
...frais!
J'AVAIS ENVIE DE ME DÉBARRASSER DE TOUT CE QUI ENTRAIT EN CONTACT AVEC MON SANG... MOI, EN PREMIER...
FUYEZ TOUS!! je suis le GRAND contaminateur!
JE ME PRENAIS POUR L'HOMME QUI AVAIT INFECTER TOUTE LA PLANÈTE!
Je croyais que le virus ne survivait pas au contact de l'air?
Mais... c'est VRAI ce que vous dites!
Vous pouvez SORTIR! Vous ne risquez RIEN!
FERMÉ


En juin?
Je préfèrerais qu'on ne s'embrasse pas... j'ai la grippe!
N'EMPÊCHE!... J'AVAIS L'IMPRESSION D'ÊTRE RESPONSABLE DU MONDE ENTIER...
Avant de commencer votre travail, j'ai quelque chose à vous dire...
Tu es un peu serré ce mois-ci Alex?
C'est ça?
Pas de problème! Tu me paieras la prochaine fois!
UN JOUR, J'AI DÉCIDÉ DE TOUT AVOUER À MA COLLÈGUE LA PLUS PROCHE.
J'espère qu'ils sont au top niveau hygiène dans ce restaurant.
Pourquoi tu dis ça? On vient ici depuis des années!
Parce que je suis séropositif, Hélène.
Heu... c'est terrible Alex, et bien évidemment, cela ne change rien entre nous!
AU MOMENT MÊME, ELLE A EU UNE RÉACTION... CORRECTE.
Je te demande de n'en parler à personne au bureau...
AURANT
JE CROIS QU'ELLE A TENU PAROLE. MA SÉROPOSITIVITÉ EST RESTÉE UN SECRET ENTRE NOUS...
PAR CONTRE, NOUS N'AVONS PLUS JAMAIS DÉJEUNÉ ENSEMBLE.
17


Oui... Pour moi, tout baigne ...
... et vous ?
JE N'AI PARLÉ DE MON SECRET QU'À TRÈS PEU DE GENS...
Je peux prendre un soda ?
Attends !... je m'en occupe !
Tu veux un soda ? Pas de problème ...
... je te l'apporte !!
DES GENS CACHENT DES SECRETS DANS LEUR COFFRE, MOI C'EST DANS MON FRIGO !
CELA FAISAIT DEUX MOIS DÉJÀ, DEPUIS L'ANNONCE DE LA MALADIE, QUE JE PASSAIS TOUTES LES SOIRÉES CHEZ MOI.
ENFERMÉ.
18


UN SOIR, XAVIER A DÉBOULÉ. IL VOULAIT ALLER BOIRE UN VERRE À L'EXTÉRIEUR. J'AI ACCEPTÉ.
IL ÉTAIT MON SEUL VÉRITABLE AMI. LE SEUL QUI SAVAIT ET QUI RESTAIT À MES CÔTÉS.
ON EST ALLÉS DANS UN BAR QUE JE FRÉQUENTAIS RÉGULIÈREMENT.
AVANT.
LE DÉSIR, JE L'AI RETROUVÉ DÈS QUE J'AI APERÇU CE GARÇON - LÀ !
19


Attends! J'ai d'abord quelque chose à te dire.
Quoi? Qu'est-ce qu'il y a? T'as plus envie?
Je suis séropo.
20


Ça va pas le faire... Sorry!
Q... Quoi? Mais attends!... Ecoute-moi!
Casse-toi!
séropo
21



PEUT-ÊTRE QUE J'AURAIS DÛ ME TAIRE ? JE DOIS ME RENDRE À L'ÉVIDENCE : AVANT D'ÊTRE UN HOMME, JE SUIS UN VIRUS !
Tu t'es fait jeter ! ... Parce que tu lui as avoué que t'es séropo ! ...
Ça m'est arrivé MILLE fois.
Alain
Je comprends combien c'est humiliant ... Mais lui préfère ne pas savoir !
Le paradoxe, c'est que ce soir, il va s'envoyer en l'air sans capote et sans garantie ...
... classique !!
J'ai voulu être honnête avec lui !
Je sais.
Il fait partie des gens qui préfèrent ne pas savoir. Ce n'est pas une spécificité gay !
J'ai été trop honnête ! Avec ce genre d'attitude, personne n'aura envie de coucher avec moi !
Le prochain que je rencontre, j'ai presque envie de lui mentir par omission ! "Capote et silence" sera ma devise.
Tu viens d'en faire l'expérience... Il arrive parfois que des gays soient rejetés par des homos sous prétexte qu'ils sont séropos ...
22


... mais en réalité, le tableau n'est pas si noir ...
... nous avons obtenu une reconnaissance et des droits qui n'existaient pas il y a vingt ans !
Je sais, c'est un peu bateau ...
mais les années quatre-vingts étaient synonymes de grandes libertés ...
... et puis est apparu le sida ...
... j'ai perdu des amis ...
... j'ai perdu mon ami ...
... et des gays ont commencé à avoir peur d'autres gays ...
Je connais la chanson ! C'était mieux avant ! ... Tout le monde la chante ... C'est dans l'air du temps ...
23


Le problème, c'est que c'est aujourd'hui que je vis ! Et c'est maintenant que j'aimerais rencontrer quelqu'un !
Ça viendra !
Tout le monde n'est pas comme le type qui vient de te rejeter !
Ma vie ne s'est pas arrêtée avec la maladie... Disons... qu'elle s'est transformée ...
je vis avec un séropo depuis cinq ans !
La maladie nous oblige à être patients.
Hé... hé... Excellent jeu de mot !
... MAIS QU'EST-CE QUE SON PATERNALISME PEUT ÊTRE ÉNERVANT !
VALÉRIE MAYOTTE M'AVAIT MIS EN GARDE CONTRE L'ALCOOL MAIS CE SOIR-LÀ, J'ÉTAIS TROP DÉPRIMÉ POUR LUTTER CONTRE MES DÉMONS...
JE L'AIME BIEN, ALAIN,
PENDANT QUELQUES HEURES, J'AI OUBLIÉ LA MALADIE ET LES HOMMES QUI NE VEULENT PAS DE MOI, LES CONSEILS D'ALAIN...
... ET LE TRAITEMENT À SUIVRE.
LE DOCTEUR MAYOTTE NE M'A PAS MENTI SUR LES CONSÉQUENCES POSSIBLES DU MÉLANGE DES MÉDICAMENTS AVEC L'ALCOOL.
24


… JAMAIS DE MA VIE, JE N'AI ÉTÉ AUSSI MALADE…
DISONS QU'IL VAUT MIEUX TOUT VÉRIFIER PAR SOI-MÊME… MAIS JE SAIS DÉJÀ QUE JE NE ME BOURRERAI PLUS LA GUEULE…
… TROP DUR !
ALAIN NE M'AVAIT PAS MENTI…
UN SOIR, JE NE SUIS PAS RENTRÉ SEUL.
Vincent
J'AVAIS DÉCIDÉ DE TOUT LUI DIRE …
Il faut que je t'avoue quelque chose…
je… suis séropo …
25
… MAIS VINCENT M'A VACHEMENT SIMPLIFIÉ LE TRAVAIL.

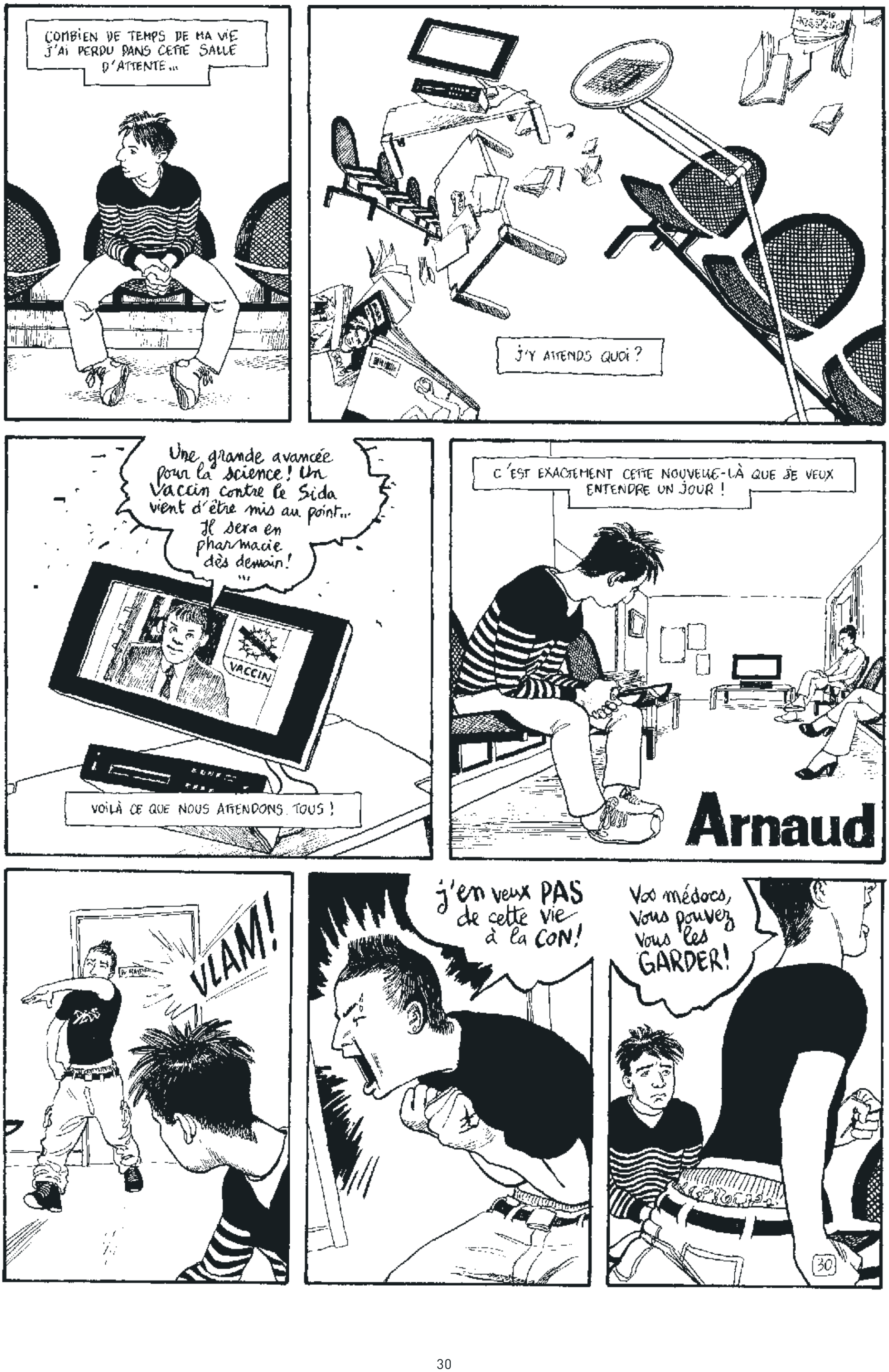


C'EST PEUT-ÊTRE CE SOIR QUE J'AI RECOMMENCÉ À VIVRE...
NOS DEUX CORPS ÉTAIENT MALADES ...
... MAIS ILS ÉTAIENT ÉGALEMENT VIVANTS !
J'AVAIS OUBLIÉ LA DOUCEUR D'UN MATIN À DEUX...
Si on se revoit, il faudra continuer à prendre toutes les précautions !
Tu crois ?
Ton médecin ne t'a pas parlé de la surcontamination ? Si on s'infecte l'un l'autre, nos virus vont devenir résistants et puis on risque de se choper d'autres crasses.
NOUS NOUS SOMMES REVUS !
ET REVUS...
... ET REVUS...
26


Parfois, j'ai l'impression de vivre à trois !
J'ai le même sentiment !...
Toi
Moi
... ET LA MALADIE.
Tu sais que tu me plais, toi ?
... ET MALHEUREUSEMENT, JE NE SAIS AVEC QUEL AMANT CE SERA POUR LA VIE !
MA PREMIÈRE HISTOIRE APRÈS MA MALADIE N'A PAS DURÉ TRÈS LONGTEMPS ...
MAIS MA RELATION AVEC VINCENT M'A FAIT COMPRENDRE QUE LA VIE ÉTAIT À PORTÉE DE MAIN.
27

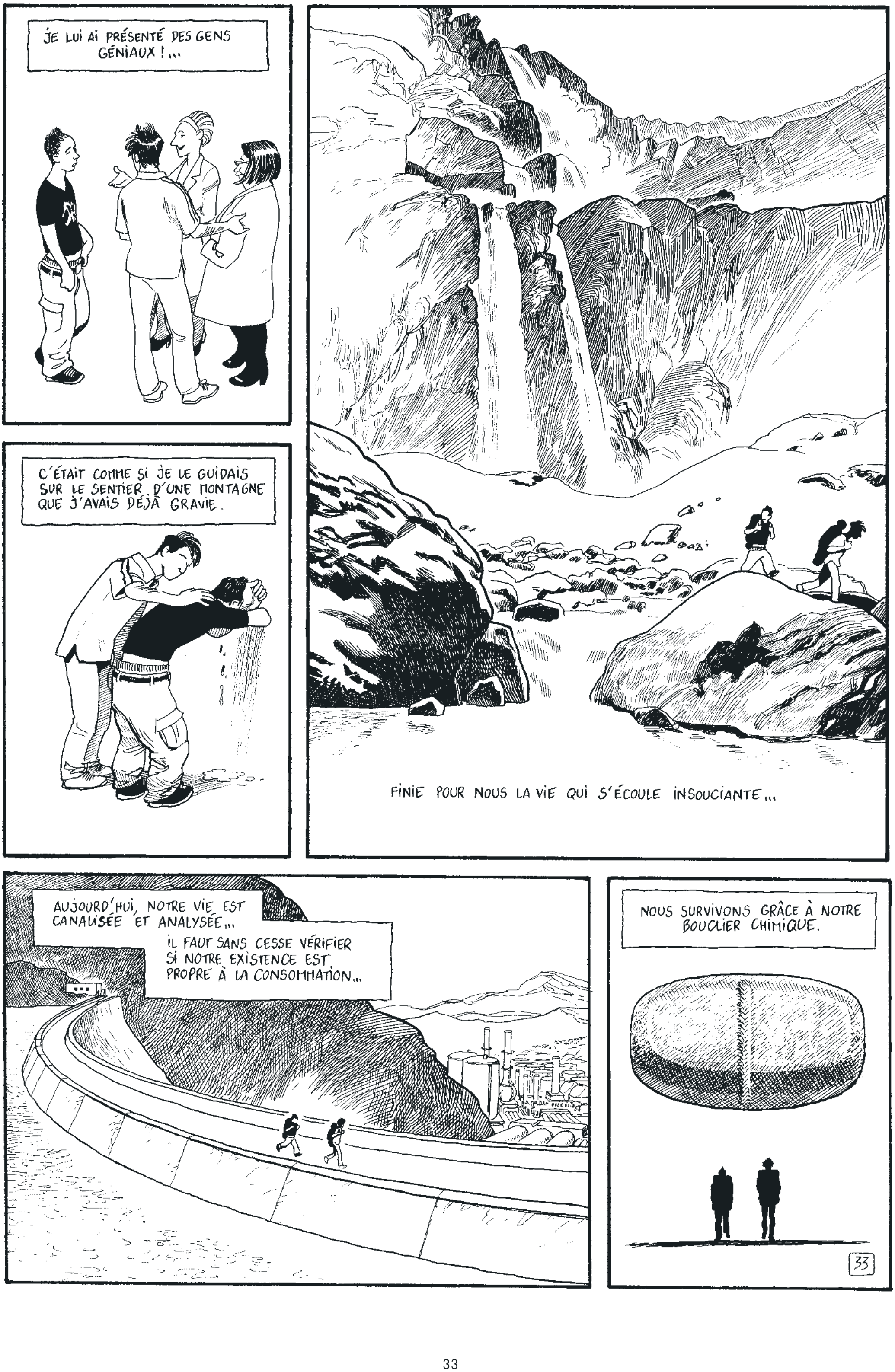

J'ai pas envie. Je serai pas à l'aise. Qu'est-ce que je pourrais dire ?
DEPUIS PLUSIEURS SEMAINES, ALAIN INSISTAIT POUR QUE JE PARTICIPE À UN GROUPE DE PAROLE AVEC D'AUTRES SÉROPOSITIFS.
IL A FINALEMENT RÉUSSI À ME CONVAINCRE. J'Y SUIS ALLÉ EN TRAÎNANT DES PIEDS.
J'AVAIS TORT.
CHACUN RACONTAIT UNE HISTOIRE À LA FOIS DIFFÉRENTE ET IDENTIQUE...
Au niveau des médicaments, la pilule est parfois dure à avaler !
... MAIS ILS ÉTAIENT CAPABLES DE RIRE DE LEUR SITUATION...
J'AI PRIS LA PAROLE. MA GORGE ÉTAIT SÈCHE ET POURTANT, C'ÉTAIT COMME SI LES MOTS SE BOUSCULAIENT DANS MA BOUCHE.
J'AVAIS TANT DE CHOSES À DIRE...
... MAIS PLUS QUE LA MALADIE... POUR LA PREMIÈRE FOIS,
... J'AI PARLÉ DE MON HOMOSEXUALITÉ.
28


...j'ai l'impression d'être plus en phase avec moi-même...
C'est comme si, en acceptant la maladie et en la combattant, je comprenais mieux qui j'étais!
Je crois que je comprends.
SUR LES CONSEILS DE XAVIER, J'AI DÉCIDÉ DE PARLER DE MA SÉROPOSITIVITÉ À MON PATRON.
DIRECTION
Les jours où tu ne te sens pas bien, il suffira d'un coup de fil pour régler le problème!
J'EN AI PARLÉ À MES PLUS PROCHES COLLÈGUES QUI SE SONT MONTRÉS IMPECCABLES.
Je n'ai pas été top avec toi... je me demande si ton secret n'était pas trop lourd à porter...
Pas de problèmes... Tu n'es plus seule dans la confidence à présent!


Combien de temps de ma vie j'ai perdu dans cette salle d'attente...
J'y attends quoi ?
Une grande avancée pour la science ! Un vaccin contre le Sida vient d'être mis au point... Il sera en pharmacie dès demain ! ...
VACCIN
Voilà ce que nous attendons tous !
C'est exactement cette nouvelle-là que je veux entendre un jour !
Arnaud
VLAM !
J'en veux PAS de cette vie à la CON !
Vos médocs, vous pouvez vous les GARDER !
30


IL S'APPELAIT ARNAUD.
IL AVAIT VINGT-DEUX ANS.
IL VENAIT D'APPRENDRE QU'IL ÉTAIT SÉROPOSITIF... JUSQU'AU DERNIER MOMENT, IL N'AVAIT PAS VOULU Y CROIRE !...
C'EST MOI QUE J'AI RECONNU EN LUI...
MOI, À LA PREMIÈRE ANNONCE DE LA NOUVELLE !
CAF
31


IL HABITAIT CHEZ SES PARENTS ... IL N'AVAIT PAS LA FORCE DE LES AFFRONTER ... JE LUI AI PROPOSÉ DE VENIR À LA MAISON...
JE NE SAIS PAS POURQUOI J'AI EU ENVIE DE LE PROTÉGER... PEUT-ÊTRE À CAUSE DE SON PARCOURS...
...QUI RESSEMBLAIT AU MIEN...
j'ai pensé qu'il n'y aurait pas de problème!!
...LUI AUSSI, IL S'ÉTAIT MONTRÉ TRÈS NAÏF!...
IL S'EST ENDORMI À L'AUBE.
L'APRÈS MIDI, JE L'AI CONVAINCU DE RETOURNER CHEZ LE MÉDECIN!
32


JE LUI AI PRÉSENTÉ DES GENS GÉNIAUX !...
C'ÉTAIT COMME SI JE LE GUIDAIS SUR LE SENTIER D'UNE MONTAGNE QUE J'AVAIS DÉJÀ GRAVIE.
FINIE POUR NOUS LA VIE QUI S'ÉCOULE INSOUCIANTE...
AUJOURD'HUI, NOTRE VIE EST CANALISÉE ET ANALYSÉE...
IL FAUT SANS CESSE VÉRIFIER SI NOTRE EXISTENCE EST PROPRE À LA CONSOMMATION...
NOUS SURVIVONS GRÂCE À NOTRE BOUCLIER CHIMIQUE.
33

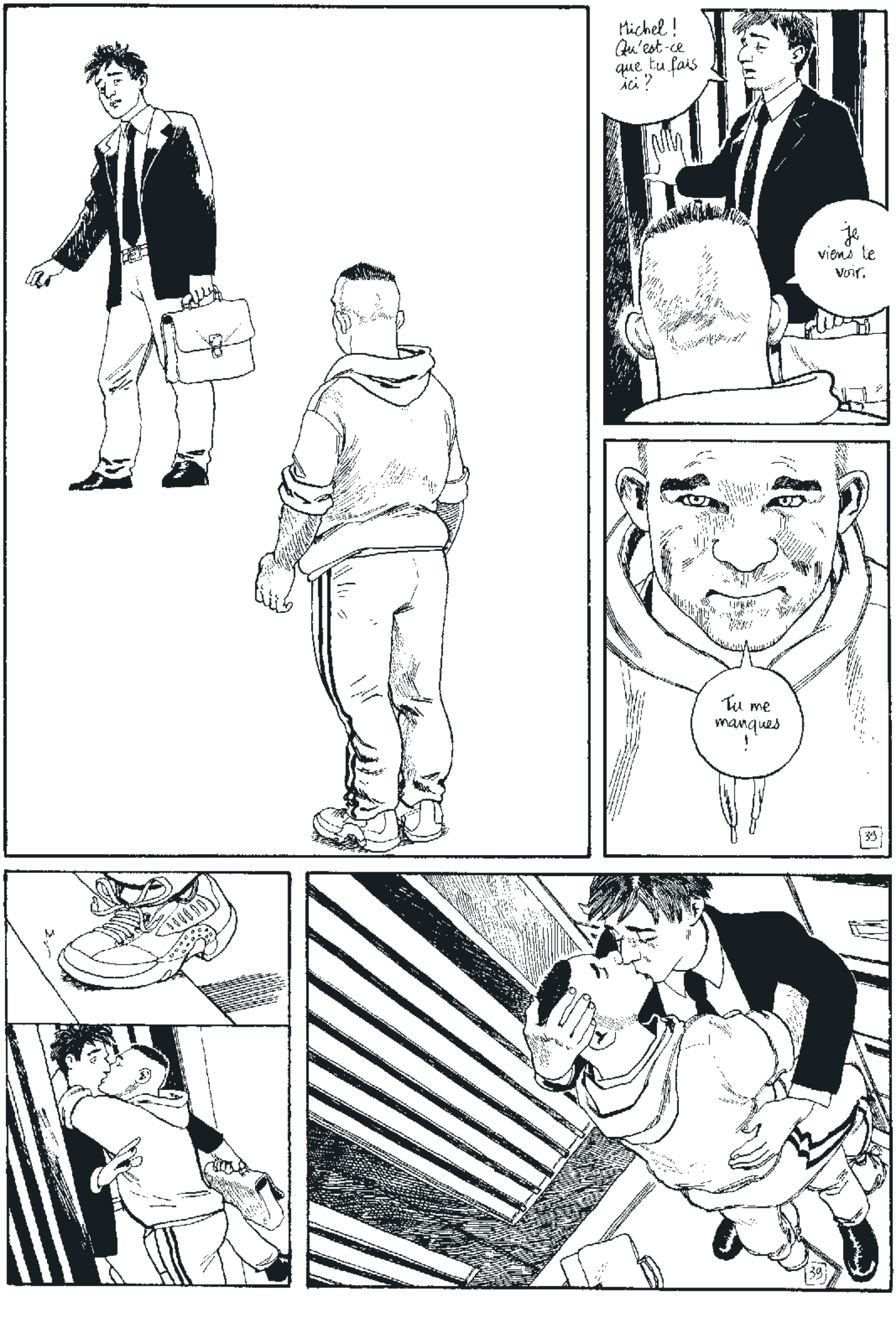

... MALGRÉ TOUT, JE SUIS EN VIE ...
Je m'appelle Michel.
... ET LA VIE EST PARFOIS SURPRENANTE ...
MICHEL PARLAIT BEAUCOUP. JE BUVAIS SES PAROLES.
Michel
34

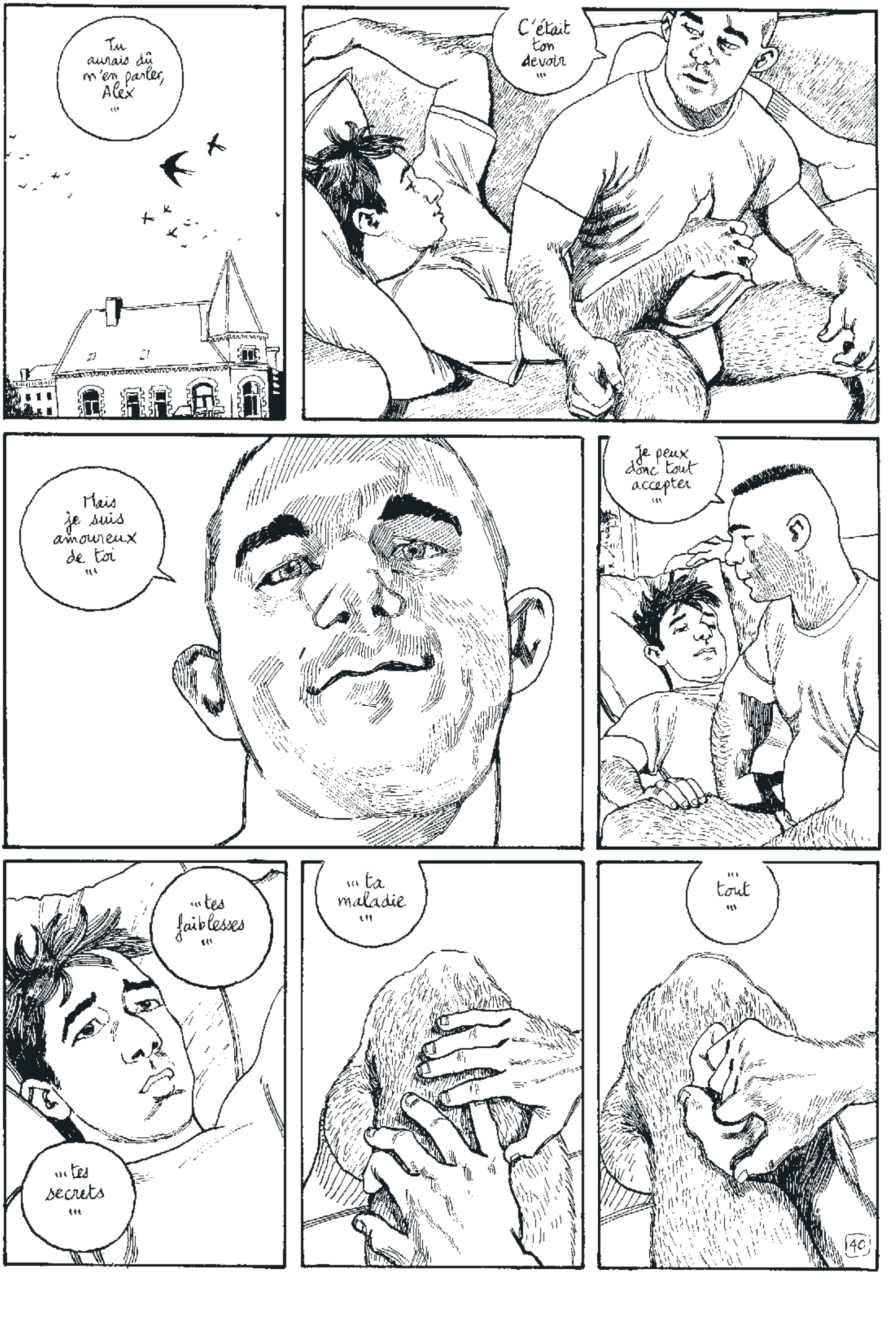

j'ai des capotes.
Moi aussi.
J'AVAIS DÉCIDÉ DE PRENDRE TOUTES LES PRÉCAUTIONS MAIS DE NE RIEN LUI DIRE... JE CRAIGNAIS TROP QU'IL ME REJETTE.
JE COMPTAIS LE LUI DIRE PLUS TARD...
... SI ÇA DEVENAIT SÉRIEUX...
COMMENT SAVOIR QUAND UNE RELATION DEVIENT SÉRIEUSE ? À QUEL MOMENT ON NE JOUE PLUS ?
35


Ça fait un mois qu'on se connaît !
On va fêter ça !
Michel ...
... Je t'aime ! ... Je ...
... j'ai quelque chose à te dire ...
Je suis séropositif. Je suis en traitement depuis un an.
PAN !
Quoi ?
Mais tu ne m'as rien dit !
RIEN !
Tout un mois SANS m'en parler !
Tu n'es qu'une ORDURE !!!
C'était difficile ... Faut me comprendre ...
Tu aurais pu me contaminer !!
36


J'aurais dû t'en parler ...
... mais je craignais ta réaction ...
Et puis ...
... on s'est toujours protégés !!
Je te faisais confiance, Alex, je croyais en toi !
Si tu m'en avais parlé tout de suite, ta séropositivité n'aurait posé aucun problème ! Mais aujourd'hui, Alex, comment je pourrais encore te faire confiance ?
Michel ?
CLAC !
Michel !
37


JAMAIS JE NE M'ÉTAIS SENTI AUSSI SEUL DANS CETTE VILLE.
JE NE ME SENTAIS PAS TROP FIER DE LUI AVOIR CACHÉ LA VÉRITÉ.
... EN MÊME TEMPS, EST-CE QU'ON SE SERAIT AIMÉS SI JE LUI AVAIS RACONTÉ ?
ET MOI ? POURRAIS-JE AIMER UN GARÇON COMME MOI ?
SÉROPO ?
LA VIE A REPRIS SON COURS... TOUS LES JOURS, REMPLIR LE PILULIER...
SE LEVER... PARTIR TRAVAILLER...
... REVENIR...
Alex !
38


Michel ! Qu'est-ce que tu fais ici ?
Je viens te voir.
Tu me manques !


Tu aurais dû m'en parler, Alex ...
C'était ton devoir ...
Mais je suis amoureux de toi ...
Je peux donc tout accepter ...
... tes faiblesses ...
... tes secrets ...
... ta maladie ...
... tout ...
40


JE NE SUIS SÛR QUE D'UNE CHOSE...


... MÊME LA VIE D'APRÈS EST SURPRENANTE.
41

GENÈSE D'UN PROJET :
LA NAISSANCE D'ALEX

L'asbl Ex Aequo a pour objectif une diminution des nouvelles infections au VIH/Sida et des autres infections sexuellement transmissibles (IST) auprès des hommes qui ont des relations sexuelles avec des hommes.

Cette bande dessinée vise à susciter des questionnements et apporter des ressources concernant différentes thématiques en lien avec la séropositivité, l'annonce du diagnostic, la relation médecin-patient, le suivi des traitements antirétroviraux, la santé sexuelle, etc.

Il est particulièrement important d'aborder la question de la séropositivité auprès du public homo-/bisexuel masculin, caractérisé par une grande prévalence*. Par ailleurs, des actions de prévention doivent concerner les personnes séropositives et leurs partenaires. En effet, les conséquences de la séropositivité génèrent une vulnérabilité supplémentaire et les personnes séropositives peuvent jouer un rôle actif dans la prévention des nouvelles contaminations.

C'est ainsi qu'Ex Aequo a fait appel à des homosexuels séropositifs pour dialoguer et échanger sur leur expérience et leurs difficultés. La complexité du sujet devait pouvoir s'exprimer au moyen d'un outil original et accessible, pouvant brasser des thèmes aussi variés que l'angoisse et l'espoir, l'abandon et l'amour, l'engagement dans la lutte contre l'épidémie, etc. Cet outil devait s'adresser aux gays séropositifs mais également aux séronégatifs, à leurs proches et au personnel médical. Voilà comment l'histoire d'Alex est née.

Claude, Nicolas, Maurice, Patrick, Pascal et Xavier ont partagé leur vécu pour construire l'histoire d'Alex. A partir de ces expériences de vie, le scénariste Thierry Robberecht a construit un récit réaliste et émouvant, mis en forme par les dessins sensibles et vivants de Fabrice Neaud.

Alex ou La Vie d'après est le parcours singulier d'un jeune gay. Ce parcours ne prétend pas à l'universalité, d'autres cheminements, d'autres situations existent et la séropositivité peut être vécue de mille façons différentes.

Fabrice Neaud est un auteur français. Son *Journal*, bande dessinée autobiographique en 4 volumes (à ce jour), a été acclamé et a notamment reçu le prix Alph'Art « Coup de cœur » au Festival international de la bande dessinée d'Angoulême en 1997.
Des récits inédits sont également parus dans le collectif éponyme de la maison d'édition Ego comme X ainsi que dans la revue Bananas. Il travaille aujourd'hui sur de nombreux projets dont l'un consacré à des super-héros pas comme les autres.

Thierry Robberecht est un scénariste et écrivain belge, spécialisé notamment dans la littérature jeunesse et la bande dessinée (La Smala chez Dargaud). Il publie régulièrement des polars jeunesse et des livres illustrés pour les enfants. Il a scénarisé « William se pose des questions » et « Le Monde de William », deux brochures de prévention Sida/IST à l'attention des jeunes homo-/bisexuels, éditées par Ex Aequo.

Attention : l'ensemble des termes marqués d'un * renvoient au glossaire p. 50

TÉMOIGNAGES

L'ENGAGEMENT

Maurice, 58 ans

14 août 2002. Je suis dans la salle d'attente du Centre ELISA, assis aux côtés du gars avec qui j'ai envie de construire une belle et forte relation. Nous nous sommes rencontrés quatre mois plus tôt. Tout en lui m'attire. Il est celui avec qui j'aspire à vivre, celui avec qui j'ai envie d'élaborer à nouveau des projets. En cette lumineuse journée d'août, alors que nous attendons les résultats de nos tests pour pouvoir enfin nous libérer du préservatif, nous ne doutons pas que notre projet est en voie de se concrétiser.

Appelé en premier auprès de l'infirmière, je m'entends dire «qu'il y a une forte suspicion de séropositivité et qu'il serait souhaitable que je me présente dans un Centre de référence, afin d'y subir des tests complémentaires». Je sens brusquement ma tête se vider de son sang et une chape de plomb se poser sur mes épaules. Au choc de l'annonce, s'ajoute l'incompréhension totale de la manière dont j'ai été contaminé. En effet, tous nos rapports ont été protégés et se sont déroulés normalement, si, ..., si l'on exclut toutefois un petit incident auquel nous n'avons guère attaché d'importance...

Les minutes passent, anormalement longues, avant que mon compagnon ne sorte à son tour, le visage métamorphosé par la souffrance et les larmes. On vient de lui annoncer sa séropositivité. S'il fallait que j'affronte la situation pour moi-même, il fallait aussi que je me batte pour lui, pour qu'il survive à cette volonté de mettre fin à ses jours.

Le temps a passé, les traitements ont mis le virus sous contrôle. Le destin a placé au-dessus de nos têtes une épée de Damoclès et nous savons qu'il faudrait peu de choses pour que se rompe le fil qui la retient. C'est contre ce «peu de choses» qu'il faut se prémunir. Il nous faut aussi aider les autres en les informant, en les protégeant.



L'ensemble des témoignages ci-après sont les mots de personnes séropositives. Nous les remercions pour leur franchise et leur confiance.

LES TRAITEMENTS

Claude, 42 ans
Le VIH, ça se soigne, oui, mais c'est lourd et c'est à vie. De plus, ça ne marche pas toujours.

La première chose qui m'est venue en tête à l'annonce de ma séropositivité, c'est la limitation du temps. Quelques mois après l'annonce, j'ai souffert de douleurs dans les pieds et les mains, et de cette horrible impression de vieillir à une vitesse accélérée. Impression confirmée, après deux ans de vie avec le VIH, quand je vois ma pharmacie qui arrive à saturation.
Mes craintes ne sont pas dues uniquement au VIH, mais aussi aux conséquences du traitement (problèmes cardiovasculaires, douleurs musculaires, diabète, dégradation de l'apparence physique, etc.), parfois irréversibles.

Bref, c'était mieux avant.



LA RESPONSABILITÉ

Patrick, 43 ans
J'ai appris ma séropositivité il y a 13 ans. Il a fallu apprendre à vivre avec le virus. Vivre, au début, est un mot qui perd cruellement de sa valeur. Pourtant, je ne désirais pas mourir, même si parfois, des idées noires m'ont traversé l'esprit. Petit à petit, la vie a repris son cours mais je n'étais plus tout à fait le même, j'avais développé un sentiment oscillant entre responsabilité et culpabilité : je devais me protéger, mais il fallait aussi protéger mon partenaire.

J'ai d'abord mis ma libido en « préretraite ».
Ensuite, j'ai décidé de jouer la carte de l'honnêteté. Hélas ! Ma volonté de prévenir d'emblée mes partenaires s'est vite transformée en un sentiment d'exclusion difficile à supporter.

Aujourd'hui, ma difficulté demeure : « Dire ou ne pas dire ? ». À chaque nouvelle rencontre, je laisse l'inspiration du moment en décider tout en me protégeant. Néanmoins, j'ai quelques convictions, celle de ne pas devoir me promener avec une pancarte « Je suis séropo » ; celle, pourtant paradoxale avec la précédente, que mon partenaire a le droit de savoir et enfin, celle de ne pas être l'Ambassadeur de la prévention du Sida.

Si ces trois opinions constituent un paradoxe, elles me permettent pourtant d'affirmer que nous sommes tous responsables de la protection de soi et des autres pour lutter contre la transmission du VIH/Sida.

LA SÉRODISCORDANCE

Nicolas, 29 ans
J'ai appris ma séropositivité un 12 décembre. Après le choc de la nouvelle, j'ai vite pensé à l'avenir en me persuadant qu'il serait plus facile de rencontrer un séropo. Un mois plus tard, mon compagnon séronégatif est entré dans ma vie. Je n'ai pas pu lui cacher ma maladie très longtemps. La peur de sa réaction m'a traversé l'esprit mais il nous a acceptés, moi et la maladie.

Aujourd'hui, notre couple fait son petit bonhomme de chemin avec de beaux projets malgré les obstacles. J'ai dû commencer une trithérapie il y a 8 mois. Prendre des médicaments chaque matin est encore très difficile et il me faudra du temps pour accepter. Je pense parfois qu'il ne comprend pas ce que je vis : réveil à 7h, hop, médocs, attendre 30min pour le premier café, attendre 1h pour manger, se retrouver chaque jour au réveil avec la conscience de la maladie, de ces médicaments que je DOIS prendre pour être en bonne santé, pour vivre. Mon compagnon se retrouve alors seul et condamné, chaque matin, à m'éviter car j'ai besoin de solitude dans ces premières heures, je refuse tout soutien.

J'ai un dégoût de mon corps, de mon sperme, j'ai peur de salir et de contaminer mon compagnon, même si je sais qu'en nous protégeant, le risque de transmission est quasi nul. Cela ne nous empêche pas de vivre ensemble, grâce à notre patience et surtout au dialogue !

L'ESPOIR

Xavier, 44 ans
J'ai été contaminé une nuit d'août 1993.
J'ai été imprudent comme beaucoup, croyant que l'homme avec lequel je me trouvais était «clean», bon prétexte pour ne pas mettre de capote. À partir de cette nuit là, je commençais à faire partie des morts-vivants. J'ai été fortement fragilisé, cela a compromis ma carrière professionnelle et ma vie sentimentale pendant 10 ans. Une vraie catastrophe, un cyclone, un tsunami.

Il y a seulement 4 ans que j'ai accepté de vivre avec le VIH. Cette acceptation (on parle du «Syndrome de Lazare» car c'est une sorte de résurrection après s'être vu mort) m'a fait passer du statut de «mort-vivant» à «vivant» tout court.

Je me suis reconstruit avec ce nouveau paramètre, la séropositivité, dont je dois tenir compte. Le plus difficile, c'est de la faire comprendre et accepter par les autres et en particulier par un autre, celui qui entre dans ma vie intime...

Quoi qu'il en soit «Carpe Diem» et la vie est maintenant devant nous !



QUESTIONS RÉPONSES

01

En quoi les séropositifs sont-ils concernés par la prévention du VIH/Sida ?

L'histoire d'Alex s'adresse à tous, séropositifs comme séronégatifs. En effet, la séparation entre prévention primaire et la prévention secondaire semble encore trop marquée aujourd'hui. La prévention primaire est celle qui s'adresse aux personnes séronégatives dans le but d'empêcher qu'elles ne soient contaminées. La prévention secondaire s'adresse, quant à elle, aux personnes séropositives pour qu'elles continuent à se protéger afin d'éviter les nouvelles contaminations, les co-infections* et les surcontaminations*.

02

Les gays sont-ils toujours autant touchés par l'épidémie ?

Les homo-/bisexuels masculins sont particulièrement touchés par l'épidémie du Sida. Aujourd'hui, le nombre de contaminations par le VIH dans ce public ne cesse d'augmenter. Cette situation est constatée dans tous les pays d'Europe occidentale et d'Amérique du Nord. Chez nous, une enquête récente révèle que 1 gay sur 10 est séropositif ![1]

Par ailleurs, au-delà des contaminations par le VIH, on observe l'augmentation de certaines IST* chez les gays séronégatifs comme chez les séropositifs.

Chaque homosexuel a donc au cours de son parcours sexuel, une probabilité importante de croiser plusieurs personnes séropositives et éventuellement, de prendre un risque sexuel avec celles-ci…

[1] Enquête réalisée en Belgique francophone auprès de 942 gays par Ex Aequo/Observatoire du Sida et des sexualités en 2004

03

La fellation est-elle contaminante ?

Le risque de contracter le VIH/Sida par une fellation est réel et est plus important quand il y a éjaculation dans la bouche. Il vient d'éventuelles micro-lésions* dans la bouche qui sont des «portes d'entrée» pour le virus. De plus, si vous pratiquez souvent la fellation non protégée, même sans éjaculation, avec de nombreux partenaires, le risque de contracter le VIH/Sida est multiplié.

D'autres IST sont, pour leur part, très facilement transmissibles lors de la fellation : l'herpès, la gonorrhée («chaude-pisse»), l'hépatite B et la syphilis. De plus, si vous avez une IST, votre système immunitaire étant affaibli et/ou vos muqueuses fragilisées, vous risquez de contracter le VIH/Sida plus facilement lors de la fellation ou de la pénétration non protégée.

Comment vous protéger ? Pour éviter tout risque, le meilleur moyen est d'utiliser le préservatif. Certains préservatifs sont plus agréables ou plus adéquats que d'autres pour la fellation (les préservatifs parfumés). Si néanmoins vous n'utilisez pas de préservatif pour la fellation, évitez de recevoir en bouche et/ou d'avaler du sperme ou toute sécrétion sexuelle (liquide pré-éjaculatoire).

Il est également recommandé de ne pas faire de fellation après un brossage de dents et après avoir bu de l'alcool (irritation des gencives).

04

Est-il utile de révéler mon orientation sexuelle à mon médecin ?

Une relation de confiance avec son médecin, qu'on soit séropositif ou non, est essentielle pour pouvoir aborder sa sexualité et sa santé de façon globale. Le médecin peut penser d'emblée que tous ses patients sont hétérosexuels. Cet état de fait n'aide pas à dévoiler son orientation sexuelle et ce silence peut avoir de graves conséquences. Par exemple, les tests de dépistage pour les IST seront incomplets. Le patient hésitera aussi à mentionner certains symptômes qui affectent sa région anale. Il est donc essentiel de trouver un médecin avec qui vous vous sentez à l'aise, peu importe qu'il soit gay ou pas. Si vous êtes séropositif, la qualité de la relation avec votre médecin est évidemment primordiale, même avant la prise d'un traitement antirétroviral. Si vous devez commencer un traitement, cette relation aura une influence sur votre motivation à bien prendre le traitement et à comprendre ses implications (effets secondaires).

05

Pourquoi faire un test de dépistage ?

Le VIH/Sida et certaines autres IST ne présentent pas toujours de symptômes spécifiques visibles ou facilement identifiables. Le dépistage est donc le seul moyen de savoir si on est infecté.

Par ailleurs, un dépistage précoce du VIH et des autres IST permet d'éviter des complications médicales graves en suivant un traitement adapté. Il permet aussi de prendre des mesures de protection pour soi et pour ses partenaires.

Dès lors, si l'on a une vie sexuelle active, il est important de se faire dépister régulièrement.

Cette remarque ne s'applique évidemment pas dans le cas où les deux partenaires sont en couple «fermé» ou, pour les couples «ouverts», s'ils ont négocié une protection maximum avec des partenaires occasionnels. Il faut cependant rappeler qu'en cas de prise de risque même isolée avec un partenaire occasionnel, des mesures de protection au sein du couple et de dépistage seront nécessaires (voir la campagne couple *Open ou pas* réalisée par Ex Aequo).

Un résultat de test négatif (= concluant qu'il n'y a pas infection), même après une prise de risque, doit vous encourager à continuer à vous protéger, et non le contraire.

06

Crainte du dépistage ?

Certaines personnes évitent ou refusent de se faire dépister par crainte d'un résultat positif. Pourtant, la connaissance de son statut sérologique permet, en cas de résultats positifs, de bénéficier d'un traitement précoce, et de prévenir, dans la mesure du possible, ses partenaires sexuels anciens et actuels pour qu'ils se fassent dépister et traiter s'ils sont infectés. Le dépistage précoce permet aussi de prendre les mesures de protection nécessaires pour éviter de contaminer ses futurs partenaires sexuels et pour se prémunir contre d'éventuelles co-infections. Il faut utiliser le préservatif et le gel lubrifiant pour éviter d'infecter d'autres partenaires et d'être contaminé par d'autres IST.

07

Le traitement post-exposition (TPE), c'est quoi ?

Appelé aussi traitement d'urgence ou traitement prophylactique post-exposition, ce traitement peut être administré, sous certaines conditions, après un contact avec le virus du Sida. Il a pour but de tenter de bloquer la diffusion du virus dans le corps avant qu'il n'arrive aux ganglions. L'efficacité du traitement est d'autant plus grande qu'il est pris rapidement après la prise de risque et au maximum, dans les 48h. Ce traitement doit être suivi pendant 4 semaines. La décision de le suivre se prend après discussion avec le médecin spécialisé en fonction du type de prise de risque. On parle de risque avéré lors de ruptures de préservatif, pénétrations anales/vaginales sans préservatif, ...avec une personne connue séropositive ou dont on ignore le statut sérologique. Il existe, dans les services d'urgence de certains hôpitaux, un «kit d'urgence» permettant de débuter un traitement le week-end ou la nuit. Le traitement est disponible en journée dans les Centres de référence Sida. La prescription de ce traitement doit rester exceptionnelle, notamment parce que c'est un traitement lourd qui peut avoir des effets secondaires importants.

08

Qu'est-ce qu'un Centre de référence Sida ?

En Belgique, les centres de référence ou centres de prise en charge sont des centres spécialisés dans les maladies infectieuses dont le VIH/Sida. Lorsqu'une séropositivité est dépistée, le patient y est généralement envoyé pour une prise en charge psycho-médico-sociale globale de sa santé. En effet, ces centres sont pluridisciplinaires. Il existe 4 centres de prises en charge en Belgique francophone (voir adresses utiles). Un patient peut également être suivi, s'il le souhaite, dans d'autres hôpitaux qui peuvent également offrir un service de qualité.

09

Quelles précautions si un partenaire est séronégatif et l'autre séropositif ?

Si un partenaire est séronégatif et l'autre séropositif, on parle de sérodiscordance ou de sérodifférence. Lorsque les deux partenaires sont séropositifs ou séronégatifs, on parle alors de séroconcordance (de même statut sérologique). La séropositivité ne doit pas empêcher de mener une vie de couple et une sexualité épanouies. Mais certaines précautions doivent être prises. Si les partenaires sont sérodiscordants, l'utilisation du préservatif et du gel lubrifiant est indispensable pour les pratiques contaminantes (pénétration anale, fellation). Et cela, même avec une charge virale indétectable*.

De même, il est aussi important de se protéger lorsque les deux partenaires sont séropositifs, afin d'éviter tout risque de surcontamination par le VIH ou de co-infection par une autre IST (voir questions 11 & 12).



10

Si je suis séropositif, dois-je le dire à mon partenaire ?

La question de savoir s'il faut révéler ou non sa séropositivité à son partenaire est importante. Elle pose celle de la responsabilité dans les relations sexuelles et dans la prévention. Toute relation sexuelle se fait au minimum à deux, la responsabilité est donc l'affaire de chacun.

La révélation ou non de sa séropositivité dépend aussi du type de relation que l'on vit : une relation sexuelle occasionnelle ou une relation plus durable n'ont certainement pas les mêmes implications psychologiques et affectives.

Quoiqu'il en soit, se protéger et protéger son/ses partenaire/s sont plus importants que de révéler ou non son statut sérologique.

Cependant, en cas « d'accident de capote » (rupture du préservatif), le choix de révéler ou non son statut devient essentiel pour permettre au partenaire, s'il est séronégatif, d'envisager avec un médecin spécialisé la possibilité de suivre au plus vite un traitement post-exposition.

11

Qu'est-ce que la surcontamination ?

Lorsqu'une personne séropositive est contaminée par un 2e virus du sida, différent de celui dont elle est porteuse, on parle de surcontamination. Cette deuxième contamination peut avoir de graves conséquences d'une part dans la prise en charge des personnes séropositives qui encourent un risque d'évoluer plus rapidement vers la maladie, et d'autre part en terme de santé publique car la surcontamination peut favoriser l'émergence de virus multirésistants et donc, plus agressifs.

12

Et la co-infection ?

On parle de co-infection lorsqu'une personne infectée par une IST (dont le VIH/Sida) est contaminée par une autre IST. Etre porteur d'une IST peut favoriser la contamination par une autre IST, l'immunité de l'organisme étant déjà plus faible. De plus, la présence d'une IST peut fragiliser les muqueuses qui sont des portes d'entrée et de sortie pour les virus et bactéries. Être porteur de plusieurs virus (celui du Sida et de l'hépatite par exemple) peut compliquer leur traitement.

13

Peut-on me refuser un travail car je suis séropositif ?

Licencier une personne, lui refuser un logement sur base d'un statut sérologique positif est une discrimination inacceptable passible de poursuites judiciaires. En effet, depuis mai 2007, une nouvelle loi antidiscrimination est entrée en vigueur. Celle-ci peut s'appliquer à tous les cas avérés de discrimination fondés sur l'état de santé actuel ou futur. Si vous êtes victime de discrimination, vous pouvez contacter le Centre pour l'égalité des chances (voir adresses utiles). La « sérophobie* » est également très présente dans le milieu gay.

14

À qui puis-je révéler ma séropositivité ?

Rien en Belgique n'oblige à donner des informations sur votre statut sérologique, que ce soit pour trouver un travail ou un logement. Par ailleurs, l'ensemble du personnel médical et psychosocial (assistants sociaux, psychologues, etc.) est soumis à un strict secret professionnel. De même, il est strictement interdit en Belgique de pratiquer des tests à votre insu, c'est-à-dire sans vous demander votre accord.

Parler de sa séropositivité à son entourage n'est pas toujours facile. Cependant, il est important que vous puissiez discuter avec votre infectiologue pour déterminer ensemble les soignants à qui il est préférable d'annoncer votre séropositivité (votre médecin généraliste ou votre dentiste par exemple). En effet, pour un bon suivi médical, il est important que ces soignants disposent de toutes les informations pour poser un diagnostic adéquat et vous prescrire un traitement compatible avec ceux que vous prendriez déjà, mais aussi pouvoir procéder pour eux-mêmes à un traitement post-exposition en cas d'accident dans le cadre d'actes médicaux.

Même des personnes de confiance peuvent avoir du mal à porter un si lourd secret. Il convient donc de bien choisir son interlocuteur. Vous trouverez des conseils dans les brochures *Cartes en mains* et *Vivre avec le VIH* (voir rubrique *Références*).

15

Meurt-on encore du Sida aujourd'hui ?

L'arrivée des trithérapies ou ARV (traitement anti rétroviral) en 1996 a réduit considérablement le taux de mortalité chez les patients séropositifs et a permis une amélioration de leur qualité de vie. Aujourd'hui, être séropositif ne doit plus empêcher d'avoir des projets à long terme. On peut affirmer, malgré des traitements qui sont toujours très lourds avec des effets secondaires qui peuvent être importants à long terme, que l'espérance de vie d'une personne séropositive a fortement été allongée. Des décès sont encore cependant constatés, dont les principales causes sont le dépistage trop tardif (maladie trop avancée), la mauvaise adhésion* au traitement, l'inefficacité des traitements face à des virus multirésistants (échec thérapeutique), le suicide, etc. Malgré toutes les avancées médicales, rappelons que le VIH/Sida reste une maladie grave et incurable.

GLOSSAIRE

ADHÉSION (ADHÉRENCE) AU TRAITEMENT
Se dit aussi compliance ou observance. Le terme adhérence est le plus souvent utilisé par le personnel médical. L'adhésion thérapeutique correspond au strict respect des prescriptions et des recommandations formulées par le médecin tout au long d'un traitement. Elle est la clef du succès de la prise en charge thérapeutique.

ANTICORPS
Molécules produites par certaines cellules immunitaires, suite à l'entrée dans l'organisme d'un corps étranger (bactéries, virus, parasites).

BAREBACKING
En anglais, signifie « monter à cheval à cru » c'est à dire sans utiliser de selle. Privilégier dans sa vie sexuelle des rapports « bareback », c'est donc faire le choix de rapports sexuels non protégés de manière volontaire et répétée.

CD4 OU T4
Les cellules CD4 ou lymphocytes T4 sont des globules blancs qui organisent la réponse du système immunitaire contre certains micro-organismes, tels que les bactéries et les virus. Le VIH peut infecter les cellules CD4 et les utiliser pour produire davantage de particules de VIH. Selon le taux mesuré, des décisions sont prises par le spécialiste pour commencer ou modifier un traitement.

CHARGE VIRALE
Quantité de virus VIH dans le sang. Les résultats d'un examen de charge virale sont décrits comme le nombre de "copies" d'ARN VIH par millilitre de sang.

CHARGE VIRALE INDÉTECTABLE
Cela signifie que la quantité de virus présente dans le sang est trop faible pour être détectée lors d'une prise de sang. Le virus est cependant toujours présent dans l'organisme.

IMPASSE THÉRAPEUTIQUE
Impossibilité de prescrire un traitement de lutte efficace contre le virus du VIH. L'échec d'un traitement anti-VIH peut se traduire de plusieurs manières suivant le critère retenu : échec virologique si la charge virale augmente, échec immunologique si les CD4 diminuent, échec clinique si des infections opportunistes apparaissent.

INCUBATION
Période s'écoulant entre l'entrée d'un agent infectieux dans l'organisme et l'apparition des premiers symptômes de la maladie.



IST
Infection Sexuellement Transmissible. On parle d'IST et plus de MST (Maladies Sexuellement Transmissibles) car on peut être infecté sans être malade (sans symptômes apparents), tout en étant contaminant pour ses partenaires. On peut citer entre autres la syphilis, les infections génitales à chlamydia, certains herpès, certains condylomes (verrues). Les IST facilitent la contamination par le VIH.

INFECTIONS OPPORTUNISTES
Infections contractées du fait de l'affaiblissement important du système immunitaire attaqué par le VIH.

MICRO-LÉSIONS
Modification de la structure d'une muqueuse due à une blessure, un bouton, une plaie... Ces lésions peuvent être invisibles à l'œil nu.

MUQUEUSE
Membrane qui tapisse certaines cavités du corps.

PORTEUR SAIN
Personne qui ne présente pas de symptômes mais dont l'organisme héberge soit des bactéries, soit des virus. Cette personne peut être contaminante.

PRÉVALENCE (OU SÉROPRÉVALENCE)
Notion d'épidémiologie. Il s'agit du nombre de personnes contaminées dans une population donnée à un moment précis. Par ex : la prévalence du virus du Sida chez les homosexuels masculins en Belgique est estimée à 10%.

RÉSISTANCE AUX MÉDICAMENTS
Aptitude qu'acquiert un micro-organisme ou un parasite à survivre et même à se reproduire en présence de médicaments, alors que ceux-ci devraient normalement le détruire ou empêcher sa multiplication. Dans le cas du VIH, la résistance à certains antiviraux est due à l'apparition de mutations dans la structure du virus. Elle impose un changement de traitement et peut parfois aboutir à une impasse thérapeutique* avec dégradation de l'état virologique, immunologique et clinique des personnes.

SAFER SEX (sexe à moindre risque)
Toutes les stratégies efficaces pour diminuer les risques de contamination par le VIH et les autres IST lors des relations sexuelles. Cette notion diffère du « Safe sex » qui renvoie aux relations sexuelles strictement sans risques.

SÉROPHOBIE
Ensemble des discriminations et formes de rejet que peuvent subir les personnes séropositives. Comme l'homophobie ou la xénophobie, la sérophobie est une peur de la différence qui peut s'exprimer parfois de façon violente.

SÉROCONVERSION
C'est la période d'apparition, dans le sang, d'anticorps spécifiques en réponse à un antigène (ex : virus). Cette période entre la contamination et l'apparition des anticorps est de durée variable (quelques jours à quelques semaines) selon les infections considérées. Une personne devient alors séropositive pour l'agent infectieux recherché. La séroconversion pour le VIH est généralement mais pas toujours accompagnée de symptômes tels que fièvre, ganglions, éruption cutanée, diarrhée, grosse fatigue. C'est ce qu'on appelle la primo-infection.

SIDA
Syndrome d'ImmunoDéficience Acquise

SYSTÈME IMMUNITAIRE
Mécanisme de défense de notre organisme contre les virus, les bactéries, les parasites,... Le système immunitaire reconnaît l'agresseur et organise la défense appropriée au moyen d'anticorps spécifiques face à l'intrus.

TRITHÉRAPIE
Tout traitement médicamenteux comprenant trois principes actifs agissant différemment. Dans le cas du Sida, la trithérapie consiste à prescrire trois antirétroviraux de classes différentes qui vont agir spécifiquement sur le virus. L'apparition de la trithérapie en 1996 a permis une bien meilleure qualité de vie et une importante baisse de la mortalité chez les personnes séropositives. On assiste depuis quelques années au développement de thérapies incluant plus de 3 principes actifs. On parle alors de multithérapie.



POUR EN SAVOIR+

BROCHURES D'INFORMATIONS

Testez-vous ! Les IST en question
Brochure d'informations sur les infections sexuellement transmissibles les plus fréquentes dans le public homo-/bisexuel masculin, leurs symptômes, leur dépistage et leur traitement.

Les bons plans gay & lesbiens de Bruxelles et Wallonie
Guide pour découvrir les associations et commerces gays et lesbiens en Belgique francophone.

Disponibles sur simple demande
info@exaequo.be

Vivre avec le VIH
Brochure d'informations sur les traitements, les questions fréquentes, le désir d'enfant, le sexe et l'amour, etc.

Connaître et faire valoir ses droits
Brochure d'informations et conseils juridiques en matière de santé, protection contre les discriminations, etc. pour les personnes vivant avec le VIH.

Cartes en mains
Collection de petites brochures informatives. Conçues par le GRÉCOS, un groupe de travail composé de personnes vivant avec le virus, ces brochures offrent un message d'information, de soutien, et d'espoir.

Édités par la Plate-forme prévention Sida
www.preventionsida.org

VIH : Comment prendre soin de moi, me protéger et protéger les autres
Brochure d'informations destinée aux personnes séropositives et à leur entourage. Informations sur toutes les associations et projets de lutte contre le VIH et de soutien aux personnes séropositives à Bruxelles et en Wallonie.
Édité par le Centre de Référence Sida, CHU Saint-Pierre, septembre 2007.
www.stpierre-bru.be/fr/patients/21003con.html

Têtu+
Chaque année, le magazine Têtu fait le point sur l'évolution de l'épidémie et des traitements via le supplément Têtu+. On y retrouve aussi des témoignages de personnes séropositives, de militants, d'acteurs médicaux, etc. La dernière édition est téléchargeable sur le site
www.tetu.com/rubrique/sante/sante_guide_pdf_2006.php

Le Sida, un glossaire, édition 2005
Act-Up Paris
www.actupparis.org/rubrique81.html

RemAIDES
Trimestriel français informant sur l'évolution des traitements, des politiques de santé et offrant des témoignages de personnes séropositives.
Abonnement gratuit sur www.aides.fr

Enquête VESPA (VIH : Enquête sur des Personnes Atteintes)
L'Agence Nationale de Recherche sur le Sida (France) a mené cette étude afin de décrire précisément la vie des personnes séropositives en France métropolitaine, aux Antilles et en Guyane depuis l'avènement des nouveaux traitements contre l'infection VIH.
www.anrs.fr

LIVRES ET GUIDES

Guide thérapeutique
Antony Gagnon et Rachel Therrien
Pour tout savoir sur les traitements et les médicaments contre le VIH.
Édité par Notis Inc, 2008.
www.guidetherapeutiquevih.com

Vivre avec le VIH
Rommel Mendes-Leite et Maks Banens
Ce livre donne la parole à une cinquantaine de femmes et d'hommes séropositifs appartenant à des milieux sociaux différents et qui abordent une série de thèmes liés à la séropositivité.
Éditions Calmann-Levy, 2006.

La séropositivité, un regard des Sciences sociales
Maguelone Vignes et Olivier Schmitz
Édité par les Facultés Universitaires de Saint-Louis, 2008.

Séropositifs : trajectoires identitaires et rencontre du risque
François Delors
Édité par l'Harmattan, 1997.

INTERNET

Internet constitue une source importante d'informations sur le VIH et ses traitements. Les informations les plus farfelues y côtoient les plus sérieuses. Choisissez bien les sites que vous visitez, gardez un esprit critique à l'égard des renseignements que vous y trouverez. En cas de doute, parlez-en avec votre médecin. Ne prenez jamais l'initiative de modifier votre traitement ou de compléter celui-ci car cela pourrait se révéler lourd de conséquences pour votre santé.

ADRESSES UTILES

CENTRES DE DÉPISTAGE

Centre Élisa –
Clinique César De Paepe
Rue des Alexiens, 11
1000 Bruxelles (3e étage)
T 02 535 30 03
Lu 8h-13h15 / Je 16h30-19h15
Dépistage VIH/IST
anonyme & gratuit

Centre de dépistage SIDA
UCL St-Luc
Avenue Hippocrate, 10
1200 Bruxelles
T 02 764 21 55
www.saintluc.be
Lu 15h30-17h30 / Me 11h-13h
Dépistage VIH anonyme & gratuit
(Test payant s'il est anonyme).
Dépistage IST

Centre de dépistage SIDA
chlpt Verviers
Rue du Parc Hôpital de jour, G2
4800 Verviers
T 087 21 23 20
Lu - Ve 8h30-16h
Dépistage VIH anonyme & gratuit
Préservatifs / gel à disposition

Centre de dépistage SIDA/IST
Charleroi Mons
Boulevard Zoé Drion, 1 bte 8
6000 Charleroi
T 071 92 54 11 - F 071 92 54 13
www.sida-charleroimons.be
Lu - Je 8h30-16h30 / Ve 8h30-15h
Dépistage, accueil et écoute téléphonique, aide et soutien, animations de groupes, informations et documentations, actions de visibilité, formation de personnes relais, coordination des actions menées dans le Hainaut.
Dépistage VIH anonyme & gratuit
(avec vignette mutuelle) sinon € 5.
Préservatifs / gel à disposition

Centre SIDA-IST Charleroi Mons
(site de Mons)
Place Nervienne bâtiment GLEPIN
(site du CPAS)
7000 Mons
T 065 82 27 55
www.sida-charleroimons.be
Lu - Je 8h30-17h - Ve 8h30-15h
Dépistage, accueil et écoute téléphonique.
Aide, soutien, animations de groupes, informations et documentations.
Dépistage VIH anonyme & gratuit
(avec vignette mutuelle) sinon € 5.
Préservatifs / gel à disposition

Coordination provinciale SIDA
assuétudes – Centre de dépistage
Rue Docteur Haibe, 4
5002 Namur
T 081 72 16 21
sida.toxicomanie@province.namur.be
Dépistage Ma 16h-18h / Je 14h-16h
Développement d'actions de promotion de la santé à l'attention des publics cibles.
Dépistage VIH anonyme et gratuit
Dépistage IST
Préservatifs / gel à disposition

CENTRE DE RÉFÉRENCE SIDA

Centre de Référence Sida
UCL St-Luc
Avenue Hippocrate, 10
1200 Bruxelles
T 02 764 19 02
www.saintluc.be
Lu - Ve sur rendez-vous
Suivi psycho-médico-social des personnes séropositives.

Centre de référence SIDA
CHU de Liège
Quai Godefroid Kurth, 45 (5e étage)
4020 Liège
T 04 270 31 90
crsida@chu.ulg.ac.be
Lu - Ve 9h-16h
Dépistage VIH / IST anonyme
Préservatifs / gel à disposition

Centre de Référence SIDA
Charleroi-Mons
Bd Joseph II
6000 Charleroi
T 071 922 306
Lu - Ve sur rendez-vous
Suivi psycho-médico-social des personnes séropositives.

CETIM CHU St-Pierre
Rue Haute, 290
1000 Bruxelles
T 02 535 31 77
Lu - Ve 8h30-12h15 / 13h30-17h
Suivi psycho-médico-social des personnes séropositives.

GROUPES DE PAROLE

Si vous avez besoin de parler, de vous confier ou d'avoir des informations relatives au VIH, des associations organisent notamment des groupes de parole pour les personnes séropositives et leur entourage.

Aide Info Sida
Rue Duquesnoy, 45
1000 Bruxelles
T 02 514 29 65
Aide.info.sida@skynet.be
Libre espace : espace de parole convivial les 2e et 4e vendredis de chaque mois de 20h-23h.
Soutien aux personnes hospitalisées (à l'hôpital Saint-Pierre) et accompagnement.

CETIM – CHU Saint-Pierre
Rue Haute, 290
1000 Bruxelles
T 02 535 31 77
L'hôpital St-Pierre organise des séances d'information sur les thèmes de la santé liés au VIH/Sida (annonce du diagnostic, prévention secondaire, traitements, etc.).
Pour s'inscrire aux séances et connaître l'agenda, consulter le secrétariat. Ces séances sont ouvertes uniquement aux patients suivis au CETIM.
Participation gratuite.

Groupe de Liège
Organisé par Sid'Action en collaboration avec le Centre de Référence de Liège.
Réunion mensuelle en soirée.
T 04 349 51 42
Contact: Joëlle Defourny

SIREAS
Av. Hippocrate, 10
1200 Bruxelles
T 02 764 70 16
Aide et soutien aux immigrés et réfugiés. Accompagnement communautaire des personnes vivant avec le VIH, l'Espace Mandela, un lieu de rencontres et d'échange pour lutter contre l'isolement.

Cliniques universitaires Saint-Luc
T 02 764 19 02
Un vendredi par mois. Ces séances sont ouvertes uniquement aux patients suivis à St-Luc.
Participation gratuite.

HIV-MIX
Ce site internet est un lieu de rencontre et d'échanges pour les personnes séropositives et leurs proches. Possibilité de mettre son profil en ligne, de chatter, etc.
www.hivmix.com

GROUPES DE TRAVAIL

GRECOS
Avenue Emile de Béco 67
1050 Bruxelles
T 733 72 99
www.preventionsida.org
Groupe de réflexion et de communication sur la séropositivité créé par la Plate-forme prévention Sida. Composé de personnes vivant avec le VIH, le GRECOS a pour objectif d'inclure les séropositifs dans la création d'outils qui leur sont destinés (Cartes en main, Faire valoir ses droits, etc.).

DIVERS

Centre pour l'égalité des chances et la lutte contre le racisme
Rue Royale 138
1000 Bruxelles
T 02 212 30 00
centre@cntr.be
www.diversite.be
Si vous êtes discriminé sur base de votre statut sérologique et/ou de votre orientation sexuelle, vous pouvez vous adresser au Centre pour l'égalité des chances. Le service «Discriminations non raciales» enregistre les plaintes, accueille les victimes, et les conseille après avoir analysé les situations rapportées. Il peut mener des conciliations et, le cas échéant, déposer plainte devant les tribunaux avec l'accord de la victime.

Les Sœurs de la Perpétuelle Indulgence
Mouvement né à San Francisco en 1979 qui détourne l'imagerie catholique et qui fut l'un des premiers à répondre aux besoins des homosexuels liés à l'épidémie du Sida, Les Sœurs de la Perpétuelle Indulgence ont rapidement essaimé un peu partout dans le monde. En France notamment, les Sœurs mettent en place des ressourcements, des moments non médicalisés où sont accueillis, quelques week-ends par an depuis 1993, une soixantaine de personnes concernées par le VIH.
Depuis 2006, les séropositifs belges peuvent aussi bénéficier de ces ressourcements grâce à l'action du couvent de Paname (couvent du nord).
http://spi.paname.free.fr/



Alex est un jeune homosexuel. Suite à un rapport sexuel à risque, il découvre sa séropositivité. Cette nouvelle va bouleverser sa vie... Sa rencontre avec différents personnages va lui permettre malgré des moments de désespoir, de trouver une nouvelle façon d'envisager l'avenir.

Scenario de Thierry Robberecht
Dessins de Fabrice Neaud

exæquo

Rue Locquenghien, 41
B 1000 Bruxelles
info@exaequo.be / **www.exaequo.be**

asbl en promotion de la santé soutenue
par le Ministère de la Communauté française